

**Faire participer
les garçons et les
hommes à la
transformation des
rôles masculins et
féminins :
manuel d'éducation
pour le travail en
équipe**

The ACQUIRE Project / EngenderHealth
et Promundo



USAID
DU PEUPLE AMERICAIN



EngenderHealth
for a better life

the **ACQUIRE** project



Faire participer les garçons et les hommes à la transformation des rôles masculins et féminins : manuel d'éducation pour le travail en équipe

The ACQUIRE Project / EngenderHealth et Promundo



USAID
DU PEUPLE AMERICAIN



EngenderHealth
for a better life

the **ACQUIRE** project



PROMUNDO

The ACQUIRE Project

c/o EngenderHealth
440 Ninth Avenue
New York, NY 10001 U.S.A.
Téléphone : +1-212-561-8000
Fax : +1-212-561-8067
e-mail : info@acquireproject.org
www.acquireproject.org

Promundo

Rua México, 31/1502
Rio De Janeiro - RJ
Code postal : 20031-144
Brésil
Téléphone / Fax : +55 (21) 2544-3114
e-mail : promundo@promundo.org.br
www.promundo.org.br

Cette publication a été rendue possible grâce au généreux soutien du peuple américain par l'intermédiaire de l'Office de la population et de la santé reproductive (Office of Population and Reproductive Health) de l'Agence américaine pour le développement international (USAID), en vertu des termes de l'accord de coopération GPO-A-00-03-00006-00. Son contenu relève de la responsabilité du Projet ACQUIRE et ne reflète pas nécessairement les opinions de l'USAID ou du gouvernement des États-Unis.

Conception : LimeBlue
Conception de la couverture : LimeBlue
Typographie : Kathy Strauss / ImageWerks
ISBN 978-1-885063-89-2

© 2008 The ACQUIRE Project / EngenderHealth et Promundo. Tous droits réservés.

© 2009 The RESPOND Project / EngenderHealth

Remerciements

Un certain nombre de personnes ont contribué à l'élaboration de ce manuel. Kent Klindera, Andrew Levack et Manisha Mehta, membres du personnel d'EngenderHealth, ainsi que Christine Ricardo et Fabio Verani, membres du personnel de Promundo, se sont chargés de la rédaction de ce manuel. Plusieurs sections et activités sont issues ou adaptées de la série du « Programme H : Travailler avec les jeunes hommes » conçues par Promundo, ECOS, PAPA!, « Salud y Genero » (Santé et genre) et « Men As Partners : A Program for Supplementing the Training of Life Skill Educators » (Les hommes en tant que partenaires : un programme visant à compléter la formation des éducateurs en compétences vitales), la seconde édition, produite par EngenderHealth.

Nous souhaitons exprimer notre gratitude à Megan McKenna et Dulcy Israel pour la relecture de la version anglaise du manuel, et à LimeBlue en Afrique du Sud pour le graphisme.

Nous sommes également reconnaissants à l'égard de Laura Skolnik, Sara Wilhemsen et Patricia McDonald qui ont fait part de leurs commentaires sur le manuel. Enfin, nous souhaitons remercier l'ensemble des participants qui ont assisté aux ateliers d'éducation en équipes en Namibie et en Éthiopie, où nous avons pré-testé ce manuel.

Le plan d'aide d'urgence pour la lutte contre le SIDA à l'étranger du Président des États-Unis par le biais de l'Initiative sur les normes masculines du groupe technique sur les genres a conduit à l'élaboration de ce paquet.

La traduction de ce manuel a été réalisée grâce à l'assistance financière du Projet RESPOND.

Pour des informations complémentaires, veuillez contacter :

Manisha Mehta

Chef d'équipe, Initiative sur le genre
EngenderHealth / Projet ACQUIRE
440 Ninth Avenue
New York, NY, 10001 U.S.A.
+ 1 (212) 561-8394
Email : mmehta@engenderhealth.org

Christine Ricardo

Coordinatrice, Programme genre et santé
Promundo
Rua México, 31/1502
Rio De Janeiro – RJ, Brazil, 20031-144
+55 (21) 2544-3114
Email : c.ricardo@promundo.org.br

Table des matières

Introduction	1
À propos du manuel	7
Guide de formation pour les animateurs EM	13
Échantillons de programmes	31
Activité introductive : bâton de parole	41
1. Genre et pouvoir	43
1.1 Examiner nos attitudes	43
1.2 Apprentissage sur le genre	45
1.3 Agir comme un homme	49
1.4 Les personnes et les choses	53
1.5 Je suis content/e d'être.... Si j'étais...	57
1.6 Bocal de genres	59
1.7 Établir des catégories (diversité et droits)	61
1.8 Examiner l'oppression	65
2. Sexualité	71
2.1 Comprendre la sexualité	71
2.2 Le corps érotique	77
2.3 Messages sur la sexualité	79
2.4 Préoccupations communes sur la sexualité	83
2.5 Brainstorming sur le plaisir	89
2.6 Veulent.... Ne veulent pas.... Veulent.... Ne veulent pas....	91
2.7 Droits et responsabilités liés au VIH	97
2.8 Orientation sexuelle	99
3. Les hommes et la santé	105
3.1 Prendre soin de soi : hommes, genre et santé	105
3.2 Les corps des hommes et des femmes	109
3.3 La santé des hommes	123
4. Consommation de substances psychotropes	127
4.1 Que sont les drogues ?	127
4.2 Les drogues dans nos vies et communautés	133
4.3 Liens entre les risques de l'abus d'alcool et le VIH	141
4.4 Plaisirs et risques	147
4.5 Prise de décisions et consommation de substances psychotropes	151

5. Relations saines	155
5.1 Il s'agit de moi : créer une annonce personnelle	155
5.2 Il s'agit de définir le / la partenaire idéal / le	159
5.3 De la violence au respect dans les relations intimes	161
5.4 Communication efficace	165
5.5 Consentement sexuel	169
5.6 Harcèlement sexuel	171
5.7 Relations saines et malsaines	175
5.8 Exprimer mes émotions	179
6. Prévention des IST et du VIH	183
6.1 Questions brûlantes sur les IST	183
6.2 Arbre de problèmes des IST	187
6.3 VIH et SIDA : mythes et réalités	189
6.4 Positif ou négatif	195
6.5 Niveaux de risque du VIH	199
6.6 Prendre des risques / affronter des risques	203
6.7 Partenaires sexuels multiples, différence d'âge et commerce sexuel	209
6.8 Alphabets de la prévention	213
6.9 Prévention de la transmission du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants	215
6.10 Définir l'abstinence	219
6.11 Apprentissage sur les préservatifs	221
6.12 Parler de l'utilisation des préservatifs	227
6.13 Faire le test de dépistage du VIH	231
6.14 Circoncision masculine comme stratégie de prévention du VIH	233
7. Vivre avec le VIH	237
7.1 Vie positive	237
7.2 Vivre de façon positive – clips de portraits	243
7.3 Les hommes qui vivent de façon positive	245
7.4 Arbre des problèmes sur la stigmatisation / les préjugés	249
7.5 Jeux de rôle sur la révélation de la séropositivité	251
7.6 Dresser une liste des services existants pour les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA	253
7.7 Les faits : Explication des antirétroviraux par quelqu'un qui en prend	255
7.8 Les faits : Comprendre les antirétroviraux	257
7.9 Le traitement du VIH comme droit humain	265
7.10 Hommes, femmes et soins	267

8. Paternité	273
8.1 Rôles de genre : division des tâches et des soins apportés aux enfants à la maison	273
8.2 Penser à la paternité	275
8.3 Vous allez être père	277
8.4 Paternité (clips de portraits)	281
8.5 Soins familiaux	285
9. Violence	287
9.1 Qu'est-ce que la violence ?	287
9.2 Violence sexuelle dans la routine quotidienne	293
9.3 Les hommes : Victimes de la violence	295
9.4 Comprendre le cycle de violence	297
9.5 Que faire lorsque je suis en colère	301
9.6 Réduire l'impact de la violence dans nos communautés	305
10. Effectuer des changements, agir	307
10.1 Le rôle des hommes dans la promotion de la santé	307
10.2 Nouveau types de courage	309
10.3 Ne restez pas en retrait : Agissez !	313
10.4 Les hommes qui s'entraident à assumer leurs responsabilités	317
10.5 Mouvements destinés à mettre fin à la violence	321
10.6 Faire des changements dans nos vies et nos communautés	327
Appendice 1 :	
Outil d'observations et de feedback pour les animateurs d'ateliers d'engagement masculin (EM)	331
Appendice 2 :	
Questionnaire de pré et post-test	335
Appendice 3 :	
Violence fondée sur le genre	341

Introduction

Pourquoi se concentrer sur les garçons et les hommes ?

Pendant plusieurs années, nous avons émis des suppositions sur la santé des garçons et des hommes – sur le fait qu'ils sont en bonne santé et ont moins de besoins que les femmes et les filles. De plus, nous partions du principe qu'il était difficile de travailler avec eux, qu'ils étaient agressifs et ne se préoccupaient pas de leur santé. Nous les avons souvent considérés comme des êtres violents – envers les femmes, d'autres hommes et eux-mêmes – sans essayer de comprendre dans quelle mesure la socialisation des garçons et des hommes encourage la violence. Cependant, de nouvelles recherches et perspectives en appellent à une compréhension plus profonde de la manière dont les hommes et les garçons sont socialisés, de ce dont ils ont besoin sur le plan du développement sanitaire et de la manière dont les éducateurs sanitaires et d'autres personnes peuvent les aider.

De plus, au cours des 20 dernières années, alors que de nombreuses initiatives ont cherché à permettre aux femmes d'être plus autonomes et à redresser les inégalités de genre, nombre de défenseurs des droits des femmes ont compris que l'amélioration de la santé et du bien-être des femmes et des jeunes femmes requiert également la participation des hommes et des garçons. La Conférence internationale sur la population et le développement de 1994 et la Quatrième conférence mondiale sur les femmes à Pékin ont établi les fondements de l'inclusion des hommes et des garçons dans les efforts visant à l'amélioration du statut des femmes et des jeunes filles. Le Programme d'action de la CIPD, par exemple, cherche à « promouvoir l'égalité de genre dans toutes les sphères de la vie, y compris la vie familiale et communautaire, mais aussi à encourager les hommes et leur permettre d'assumer leurs responsabilités par rapport à leur comportement sexuel et reproductif ainsi que leurs rôles sociaux et familiaux ».

Au cours des dernières années, une prise de conscience croissante a permis de comprendre que les hommes et garçons paient un lourd tribut en raison des interprétations strictes de la notion de masculinité – notamment, des taux de mortalité plus élevés pour les hommes que pour les femmes lors des accidents de la route, en raison du suicide et de la violence, de même que des taux plus élevés d'alcoolisme et de toxicomanie. Ces problèmes confirment que les normes sociales strictes rendent les hommes et les femmes plus vulnérables. Dans ce contexte, l'examen des vulnérabilités des hommes et des femmes en matière de santé et de développement nécessite une approche fondée sur le genre pour la mise en œuvre de programmes.^{1 2}

Mais qu'implique l'application d'une « perspective de genre » au travail avec les hommes ? Le genre – par opposition au sexe – fait référence aux différentes manières dont nous nous comportons et dont nous nous habillons en tant qu'hommes et femmes ; c'est la façon dont ces rôles stéréotypés sont enseignés, renforcés et intériorisés. Nous partons parfois du principe que le comportement des hommes et des garçons est « naturel » et « qu'il faut bien que jeunesse se passe ». Cependant, nombre des comportements masculins – que ce soit négocier l'abstinence ou l'utilisation d'un préservatif avec des partenaires, s'occuper de ses enfants ou avoir recours à la violence contre un partenaire – sont liés à la manière dont les hommes sont élevés. Dans de nombreux cadres, les hommes et les garçons peuvent apprendre qu'un « vrai homme » doit être plus fort et plus agressif que les autres, mais aussi avoir plusieurs partenaires sexuels. Ils peuvent également être conditionnés à ne pas exprimer leurs émotions et à avoir recours à la violence pour résoudre les conflits afin de préserver leur « honneur ». Il n'est pas facile de modifier la façon dont les hommes et les garçons sont élevés et considérés, mais il faut le faire pour encourager la création de communautés plus saines et équitables.

1 Organisation Mondiale de la Santé. 2000. Et si on parlait des garçons ? Compte-rendu de publications sur la santé et le développement des garçons adolescents.

2 Organisation Mondiale de la Santé. 2002. World report on violence and health. Genève, Suisse.

Par conséquent, appliquer une perspective de genre au travail avec les garçons et les hommes implique deux buts majeurs :

- (1) L'équité de genre :** l'engagement des hommes³ à discuter des injustices entre les genres et à réfléchir aux désavantages subis par les femmes et au fait qu'elles aient souvent été considérées comme uniques responsables des soins à apporter aux enfants, des questions de santé sexuelle et reproductive et des tâches domestiques. L'équité de genre fait référence à la juste distribution des avantages et responsabilités entre les femmes et les hommes⁴ – à savoir l'impartialité. Le travail avec les hommes aide à promouvoir l'égalité de genre, qui entraîne une égalité de statut et d'opportunité entre hommes et femmes afin de réaliser leurs droits humains, de contribuer à toutes les sphères de la société (économique, politique, sociale, culturelle) et de profiter des avantages de cette société. De cette manière, l'équité de genre conduit à l'égalité de genre. Par exemple, une politique d'action positive qui promet un soutien accru aux entreprises appartenant aux femmes peut être considérée comme équitable à l'égard des genres car elle permet d'assurer des droits égaux entre hommes et femmes.
- (2) La spécificité de genre :** l'examen des besoins spécifiques des hommes en ce qui concerne leur santé et leur développement en fonction de la manière dont ils sont socialisés. Cela signifie, par exemple, encourager les hommes à participer à des discussions concernant l'abus de substances psychotropes ou les comportements à risque, et les aider à comprendre pourquoi ils peuvent se sentir contraints à adopter certaines conduites.

Ce manuel tente d'incorporer ces deux perspectives.

Les hommes, le VIH et le SIDA

À travers le monde, le comportement de nombreux hommes, adultes et adolescents, les met ainsi que leurs partenaires dans des situations à risque par rapport au VIH. En moyenne, les hommes ont plus de partenaires sexuels que les femmes. Le VIH est plus facilement transmis de l'homme à la femme que l'inverse. Un homme infecté par le VIH est susceptible de contaminer plus de personnes qu'une femme séropositive. La participation accrue des hommes à la prévention du VIH représente un moyen de réduire le risque de contamination par le VIH pour les femmes.

Dans de nombreuses régions du monde, ce sont les hommes, jeunes et adultes, qui contrôlent largement quand et dans quelles circonstances les relations sexuelles ont lieu et si un moyen de contraception sera utilisé. Pour beaucoup d'hommes, l'expérience sexuelle est souvent liée au début de l'âge adulte.⁵ Les hommes sont sujets à la pression des pairs qui les encouragent à être sexuellement actifs et à avoir plusieurs partenaires afin de prouver leur virilité, ce qui augmente le risque de leur exposition au VIH. Des données récentes indiquent que les nouvelles infections par le VIH dans des pays à forte prévalence sont causées par la multiplicité des partenaires sexuels.⁶ Les recherches ont montré que dans les zones aussi bien urbaines que rurales, les jeunes hommes qui choisissent de s'abstenir peuvent être ridiculisés par leurs pairs.⁷ En conséquence, les faibles niveaux d'utilisation systématique du préservatif parmi les hommes sexuellement actifs sont liés à un certain nombre de facteurs, y compris la faible perception des risques encourus, le manque ou l'accès limité à des préservatifs et la croyance que les rapports sexuels non protégés procurent plus de plaisir et que la grossesse est une preuve de masculinité et de fertilité.

3 Dans ce manuel, pour des raisons de concision, lorsqu'il est fait référence au travail avec les hommes, nous incluons le travail avec les garçons, les jeunes hommes et les hommes adultes.

4 Organisation Mondiale de la Santé. 2001. Transforming health systems : gender and rights in reproductive health. Genève, Suisse. (Transformer les systèmes de santé : genre et droits en santé reproductive)

5 Wight, D., et al. 2005. Contradictory sexual norms and expectations for young people in rural Northern Tanzania. *Social Science & Medicine* 62 :987-997. (Normes et attentes contradictoires en matière sexuelle pour les jeunes dans la région rurale du Nord de la Tanzanie.)

6 Hayes, R. et H. Weiss. 2006. Understanding HIV epidemic trends in Africa. *Science* Feb3 :311(5761) :620-17. (Comprendre les tendances épidémiques du VIH en Afrique)

7 Ijumba, A., et al. 2006. Developing community-based behavior change communications (BCC) interventions for youth : a participatory assessment in Iringa region, Tanzania. Arlington, VA : Family Health International. (Développer des interventions pour la communication en matière de changement comportemental pour les jeunes : une évaluation participative dans la région d'Iringa, Tanzanie.)

8 Wight, D., et al. 2005. Contradictory sexual norms and expectations for young people in rural Northern Tanzania. *Social Science & Medicine* 62 :987-97. (Normes et attentes contradictoires en matière sexuelle pour les jeunes dans la région rurale du Nord de la Tanzanie.)

Il est également important d'examiner le recours à la violence par les hommes ainsi que la coercition qu'ils pratiquent dans les relations sexuelles et leur lien avec les normes de genre ainsi que les comportements à risque. Les recherches ont montré que certains hommes peuvent envisager le recours à la violence contre les femmes comme une prolongation de l'autorité masculine dans le domaine privé et comme un moyen de contrôle ou de discipline acceptable, en particulier au sein des couples mariés et des relations de longue durée.⁹ ¹⁰ De plus, des recherches ont montré que de nombreux hommes ont l'esprit très étroit quant à la définition des « relations sexuelles forcées »¹¹. Autrement dit, ils peuvent croire que seule la pénétration forcée constitue des relations sexuelles forcées, et qu'il est acceptable de recourir à la violence physique ou d'offrir des cadeaux afin de « persuader » des partenaires d'avoir des relations sexuelles. Cependant, toutes les formes de violence et de coercition renforcent l'inégalité dans les dynamiques de pouvoir au sein des relations, et elles limitent les chances de négociation de comportements préventifs dans un couple, tels que l'abstinence ou l'utilisation du préservatif.

Dans plusieurs environnements, seul un petit nombre d'hommes participent aux services liés au VIH (volontariat, aide psychologique et dépistage, traitement antirétroviral ou prévention de la transmission de la mère à l'enfant). Cela est dû à un certain nombre de raisons, y compris l'accès limité aux services de santé et les perceptions communes parmi les hommes selon lesquelles les cliniques sont des espaces « féminins » et que les « vrais » hommes ne tombent pas malade et ne participent pas aux soins sanitaires. Les normes de genre imposent un fardeau démesuré aux femmes par rapport aux soins liés au VIH et au SIDA. Les hommes ne participent généralement pas aussi pleinement que les femmes aux soins apportés aux enfants et à d'autres membres de la famille souffrant du SIDA. Un examen des études conduites à travers le monde conclut que les pères ne contribuent qu'à un tiers des soins directement apportés aux enfants.¹² Des études issues de la République dominicaine et du Mexique démontrent que les femmes mariées séropositives retournent souvent chez leurs parents car il y a peu de chances que leurs maris leur prodiguent des soins adaptés.¹³

Les hommes et la santé reproductive

Lors de la socialisation des hommes, la reproduction n'est pas considérée comme aussi importante que la sexualité. Un bon exemple de ceci est l'importance attachée la ménarche, le début de la menstruation, par rapport à la sémenarche, la première éjaculation masculine. En général, il y a un manque de communication entre mères et filles en ce qui concerne la transformation des corps des filles et leur fertilité. Le silence, néanmoins, est souvent plus important entre pères et fils sur le sujet de la sémenarche. Quelques études ont montré que les garçons réagissent avec surprise, confusion, curiosité et plaisir face à la sémenarche. Certains garçons ne savent pas ce qu'est le liquide séminal et pensent que c'est de l'urine. Par conséquent, il est important que les garçons bénéficient d'une orientation durant la puberté, de manière à ce qu'ils puissent se sentir plus rassurés lorsqu'ils sont confrontés à des changements physiques, et qu'ils comprennent que leurs corps permettent la reproduction. Même après la sémenarche, la plupart des hommes, jeunes des adultes, gèrent leur sexualité comme si la fertilité n'existait pas. Dans de nombreux endroits, la contraception est considérée comme une « préoccupation féminine », et bien que les préservatifs soient souvent le meilleur choix pour la contraception masculine, servant à la fois de protection contre les IST et de moyen de contraception, beaucoup d'hommes se sentent mal à l'aise à l'idée d'utiliser un préservatif, car ils craignent de perdre leur érection. Avec la prise de conscience croissante vis-à-vis du VIH et du SIDA, l'utilisation du préservatif par les hommes a augmenté dans de nombreux cadres, mais

- 9 Heidi, L., et al. 2004. Exploring the association between HIV and violence : young people's experiences with infidelity, violence and forced sex in Dar es Salaam, Tanzania. *International Family Planning Perspectives* 30(4) :200–206. (Explorer le lien entre le VIH et la violence : l'expérience des jeunes en matière d'infidélité, de violence et de rapports sexuels forcés à Dar es Salaam, Tanzanie.)
- 10 Barker, G. and Ricardo, C. 2005. Young men and the construction of masculinity in Sub-Saharan Africa : implications for HIV / AIDS, conflict and violence. Washington, DC : World Bank. (Les jeunes hommes et la construction de la masculinité en Afrique subsaharienne : implications pour le VIH / sida, conflit et violence.)
- 11 Heidi, L., et al. 2004. Exploring the association between HIV and violence : young people's experiences with infidelity, violence, and forced sex in Dar es Salaam, Tanzania. *International Family Planning Perspectives* 30(4):200–206. (Explorer le lien entre le VIH et la violence : l'expérience des jeunes en matière d'infidélité, de violence et de rapports sexuels forcés à Dar es Salaam, Tanzanie.)
- 12 Bruce, J., et al. 1995. Families in focus : new perspectives on mothers, fathers and children. New York : Population Council. (Coup de projecteur sur les familles : nouvelles perspectives sur les mères, les pères et les enfants.)
- 13 Rivers, K. & Aggleton, P. 1998. Men and the HIV epidemic, gender and the HIV epidemic. New York : UNDP HIV and Development Program.

elle demeure irrégulière. Le préservatif féminin, une autre option en matière de prévention du VIH et de la grossesse, a également été présenté à une échelle limitée dans de nombreux environnements et il a été testé et adopté dans plusieurs pays.

Les éducateurs sanitaires se concentrent de plus en plus sur la double protection, en mettant l'accent sur le fait que les préservatifs sont adaptés pour éviter les grossesses non désirées et pour la prévention des IST. De plus, la plupart des programmes d'éducation sexuelle ont également pris en compte l'importance de la promotion de l'utilisation du préservatif dans le cadre des jeux sexuels, pendant les préliminaires, et en général, les préservatifs ont été présentés comme un stimulus érotique et séduisant dans la relation sexuelle. Bien que la discussion franche de l'utilisation du préservatif ait subi des entraves dans certains pays, l'utilisation croissante du préservatif a été fondamentale dans les pays qui sont parvenus à réduire les taux de transmission du VIH. La promotion de l'utilisation croissante de la contraception par les hommes est essentielle, mais insuffisante. Pour qu'ils participent plus à la promotion des moyens de contraception, les hommes doivent d'abord mieux comprendre leurs rôles d'individus qui sont capables de procréer et qui, avec leurs partenaires, doivent décider si, quand et comment avoir des enfants.

Passer à l'action

Ce manuel met en évidence l'importance du lien à établir entre les activités éducatives et l'action. Il présente le Modèle « écologique ». ¹⁴ Cet outil, souvent utilisé durant la planification d'actions destinées à des ateliers, permet aux participants de mettre en application les connaissances et compétences acquises lors de l'atelier pour opérer un véritable changement social. À l'issue de chaque activité, les participants pourront noter leurs suggestions visant à traiter les questions qu'ils ont soulevées.

Le Modèle écologique

Introduction au Modèle écologique

Le Modèle écologique fournit un cadre conceptuel pour une approche plus exhaustive du travail mené auprès des hommes. Ce modèle met en évidence le fait que pour changer les comportements individuels, les programmes doivent non seulement travailler avec les individus, mais aussi cibler les systèmes et groupes – pairs, familles, communautés, médias, politiques – qui influencent les individus. Ce modèle encourage les hommes et les groupes mixtes à penser :

- Aux changements nécessaires dans tous les secteurs de la société
- Aux différents types de stratégies dans le cadre de divers niveaux d'action nécessaires pour provoquer ces changements
- Aux rôles de différents acteurs sociaux au cours de ces changements

Le Modèle écologique met en évidence les différents niveaux d'actions nécessaires aux changements en matière de santé sexuelle et reproductive, d'égalité de genre et de violence.

Les niveaux du Modèle écologique¹⁵

1. Renforcer les connaissances et compétences individuelles

Aider les hommes à comprendre en quoi les normes sociales et les rôles masculins et féminins traditionnels peuvent les mettre eux-mêmes, leurs partenaires et leurs familles dans une situation à risque et leur montrer comment promouvoir d'autres comportements plus sains.

¹⁴ Adapté du travail du Prevention Institute, Oakland, Californie, USA, qui se concentre sur la prévention de la violence y compris la violence de la part d'un partenaire intime.

¹⁵ Ils ont été adaptés pour le travail visant à faire participer les hommes à la santé sexuelle et reproductive, la prévention du VIH, les soins et le soutien ainsi que la prévention de la violence.

2. Créer des structures de soutien par les pairs et les familles

Informar les pairs et les membres des familles des risques de santé et des différentes manières dont ils peuvent aider les individus à prendre des mesures susceptibles de promouvoir la santé et la sécurité.

3. Former les agents sanitaires

Former les prestataires à l'engagement masculin de manière à ce qu'ils puissent transmettre leurs compétences et connaissances. Apprendre aux prestataires à encourager et à soutenir les hommes pour qu'ils aient recours aux soins et soutiennent l'accès de leurs partenaires aux informations et services de santé.

4. Mobiliser les membres des communautés

Former les membres et associations des communautés quant aux risques sanitaires et aux manières d'apporter leur soutien aux individus pour qu'ils entreprennent des actions qui promeuvent la santé et la sécurité. Mobiliser des groupes et individus afin de développer des stratégies cohérentes pour promouvoir un engagement masculin constructif.

5. Changer les pratiques organisationnelles

Adopter des mesures, procédures et pratiques organisationnelles qui soutiennent les efforts visant à accroître l'engagement des hommes.

6. Influencer les législations au niveau sociétal

Développer des stratégies visant à changer les lois et politiques et à influencer les résultats.

Travailler à différents niveaux

Lors de l'utilisation du Modèle écologique, il est important de prêter attention aux liens existant entre les différents niveaux. En d'autres termes, aucun niveau ne doit être perçu comme indépendant d'un autre. Ainsi, il semble évident que le travail sur les politiques et l'éducation communautaire s'impactent mutuellement. Cela a, à son tour, un impact sur les manières dont les membres d'une communauté donnée perçoivent un sujet spécifique.

Informations à enregistrer

Pour chaque niveau, le modèle peut aider les participants à déterminer :

- QUELLES actions entreprendre
- QUI doit entreprendre chaque action
- COMMENT le succès de cette action doit être évalué. Les indicateurs de succès suggérés par les groupes sont enregistrés dans cette dernière colonne. Ces indicateurs permettent de répondre à la question : Comment saurons-nous si les actions sont couronnées de succès ?

Si vous souhaitez utiliser le Modèle écologique dans le cadre de la planification d'actions, créez le tableau suivant (voir l'exemple ci-dessous) ou créez un polycopié du modèle et distribuez-le aux participants. Souvenez-vous que vous aurez probablement besoin de plus d'une feuille ou d'un polycopié durant un atelier. Si une activité spécifique aide les participants à penser à des manières de faire davantage participer les hommes à leur travail, demandez-leur d'utiliser le Modèle écologique pour noter des idées. Ils peuvent les écrire sur le tableau en fonction des différents niveaux du Modèle écologique. Cela leur sera utile lorsqu'ils élaboreront des plans d'action après la formation.

Exemple : le Modèle écologique

	QUOI (action)	QUI (personne ou organisation)
1. Renforcer les connaissances et compétences individuelles		
2. Créer des structures de soutien par les pairs et les familles		

3. Former les prestataires de soins		
4. Mobiliser les membres des communautés		
5. Changer les pratiques organisationnelles		
6. Influencer les législations au niveau sociétal		

Principes directeurs

EngenderHealth est une organisation internationale basée à New York, qui se consacre à la santé reproductive. Par le biais de son programme 'Les hommes en tant que partenaires' (MAP), elle a intégré les approches fondées sur l'engagement masculin et a encouragé les hommes à s'investir depuis 1996. Son programme innovant invite les hommes à jouer des rôles constructifs pour la promotion de l'équité de genre et de la santé dans leurs familles et leurs communautés. EngenderHealth travaille avec les individus, communautés et prestataires de soins, ainsi que les systèmes sanitaires nationaux afin de susciter une prise de conscience chez les hommes et de les encourager à soutenir les choix de santé reproductive de leurs partenaires ; accroître l'accès des hommes à des services de santé reproductive complets et mobiliser les hommes afin qu'ils prennent position par rapport à l'équité de genre et contre la violence fondée sur le genre. À ce jour, EngenderHealth a développé des programmes promouvant le programme MAP dans plus de 15 pays en Afrique, Asie et Amérique latine ainsi qu'aux États-Unis.

Promundo est une organisation non gouvernementale brésilienne basée à Rio de Janeiro. Depuis 2000, Promundo dirige un réseau global d'ONG et de partenaires des Nations Unies en vue de l'élaboration, du test, de la mise en œuvre et de l'évaluation d'un ensemble d'interventions dans le but de promouvoir l'égalité de genre – se concentrant d'abord sur les jeunes hommes (Programme H – H pour *hombres* et *homens*, qui signifient hommes en espagnol et portugais), et par la suite incorporer le travail avec les jeunes femmes (Programme M – M pour *mujeres* et *mulheres* qui signifient femmes en espagnol et portugais). Le programme d'initiative H, qui repose sur des activités de groupe visant à faire participer les hommes, jeunes et adultes, à l'égalité de genre, aux campagnes communautaires, à la formation du personnel et au modèle d'évaluation de l'impact, est en cours d'application dans plus de 20 pays en Amérique latine, Asie et Afrique subsaharienne.

Le travail de Promundo et EngenderHealth avec les hommes permet de reconnaître que les rôles masculins et féminins établis donnent souvent aux hommes la capacité d'influencer et de déterminer les choix de santé reproductive des femmes. Ces rôles acceptés compromettent également la santé des hommes en les encourageant à assimiler certains comportements à risque à la virilité, tout en les encourageant à considérer des comportements sains comme étant un signe de faiblesse.

Cependant, nous adoptons une approche positive dans notre travail avec les hommes car nous pensons qu'ils peuvent s'investir personnellement afin de défier l'ordre actuel et devenir des alliés soucieux d'améliorer leur propre santé ainsi que la santé des femmes et enfants mis en situation de risque par les rôles de genre. Nous reconnaissons que les hommes, même ceux qui sont souvent violents ou ne font pas preuve de respect à l'égard de leurs partenaires, ont en eux le potentiel d'être obligeants et attentifs, et de négocier dans le cadre de leurs relations au moyen d'un dialogue respectueux afin de partager les responsabilités de la santé reproductive, de la prévention et des soins du VIH, et pour établir des relations, vivre en paix et coexister plutôt que vivre dans la violence.

À propos du manuel

Guide pour les participants

À qui est destiné ce manuel ?

Ce manuel éducatif est destiné à instaurer une collaboration avec les hommes afin de remettre en question les points de vue non équitables sur la masculinité et mettre en place des attitudes plus positives dans le but de prévenir les comportements malsains qui les mettent, ainsi que leurs partenaires et familles, dans des situations à risque. Il peut être utilisé pour former les animateurs qui mettront en œuvre ces activités dans le cadre d'ateliers avec des groupes d'hommes.

Ces activités sont destinées aux hommes de tout âge, bien que quelques adaptations puissent être nécessaires en fonction de l'âge des participants, mais aussi des contextes nationaux et communautaires. Ces activités peuvent également être adaptées en vue d'une utilisation auprès de groupes mixtes.

Comment ce manuel a-t-il été élaboré ?

Ce manuel est une compilation des activités les plus utilisées de deux programmes éducatifs : le Programme H de Promundo et le Manuel d'EngenderHealth intitulé 'Les hommes comme partenaires'. Il a été adapté en vue d'une utilisation auprès de groupes d'hommes et de groupes mixtes dans des environnements divers tels que les écoles, les clubs de jeunes, les cadres militaires et les associations communautaires à travers le monde, y compris le Botswana, le Brésil, le Ghana, l'Inde, le Kenya, l'Afrique du Sud, le Swaziland, la Tanzanie et l'Ouganda.

La conduite de ces activités auprès des hommes a donné lieu à des changements positifs en matière de connaissances, attitudes et comportements liés à la santé sexuelle et reproductive, y compris en ce qui concerne la prévention du VIH et du VHG.

Comment ce manuel doit-il être utilisé ?

Avant de commencer à travailler avec des hommes, il est important que les animateurs et / ou formateurs lisent l'intégralité du manuel afin de saisir son organisation et son contenu. Le manuel comprend les sections suivantes :

La Partie II fournit des instructions et exercices aux animateurs, leur permettant d'acquérir les compétences et informations de base nécessaires à la conduite des activités de l'atelier.

La Partie III fournit des échantillons de programme. Les sessions présentées dans ce manuel peuvent être conduites en continu pendant plusieurs jours ou peuvent être étendues dans le temps. Vous devez choisir ce qui vous semble le plus adapté à votre programme et ses participants.

La Partie IV présente un certain nombre d'activités d'engagement masculin, réparties en 10 sections thématiques. Ces activités s'appuient sur un modèle d'apprentissage par l'expérience dans lequel les hommes sont encouragés à remettre en question et analyser leurs propres expériences et existences afin de comprendre la manière dont les rôles masculins et féminins établis peuvent perpétuer des relations de pouvoir inégales, et rendre les femmes et les hommes vulnérables vis-à-vis des problèmes de santé reproductive de même que par rapport au VIH et au SIDA. Avant tout, les activités exhortent les hommes à réfléchir à la manière dont ils peuvent susciter des changements positifs dans leurs vies et dans leurs communautés. Le processus de remise en question et de changement prend du temps. L'expérience a montré qu'il est préférable de mener les activités dans leur ensemble (ou par groupe d'activités issues de différentes sections), plutôt que de mener une ou deux activités. Beaucoup de ces activités se complètent et, lorsqu'elles sont menées conjointement, suscitent des réflexions plus riches et gratifiantes que quand elles sont mises

en œuvre de manière isolée. Étant donné que la plupart des activités sont participatives, elles sont plus efficaces lorsqu'elles sont menées auprès de petits groupes de 10 à 20 participants.

La Partie V comprend les appendices du Manuel ; ils contiennent un formulaire d'observation et de commentaires pour les animateurs des ateliers ainsi qu'un pré et post-test à administrer aux participants pour évaluer l'impact de la formation.

Le manuel est rédigé dans un français simple pour qu'il puisse être utilisé par un large éventail de personnes. Cependant, il comporte également un certain nombre de termes techniques qui peuvent paraître difficile à comprendre pour certaines personnes.

Que contient ce manuel ?

La Partie II examine les sujets suivants :

- **Le processus de formation.** Il inclut un guide sur les éléments de base dont les animateurs ont besoin pour faire leur travail, ainsi qu'un exercice de feedback. Il inclut également des réponses aux questions fréquemment posées par les animateurs d'atelier.
- **Le processus d'apprentissage.** Faire marcher l'engagement masculin : il comprend un guide sur les principes et pratiques de l'apprentissage des adultes.
- **Planification d'un atelier sur l'engagement masculin.** Il s'agit de la présentation des étapes clés de la planification d'un atelier.
- **S'améliorer en tant que formateurs.** Il s'agit des instructions et exercices visant à améliorer les compétences et pratiques en matière d'animation.
- **Gérer la révélation de la séropositivité.** Il s'agit de la présentation d'informations sur la manière de mieux gérer la révélation de la séropositivité durant une activité éducative.

La partie IV du manuel propose un ensemble d'activités éducatives à utiliser dans les ateliers d'engagement masculin. Ces activités sont présentées dans les sections suivantes :

Introduction

L'activité introductive donne l'opportunité aux hommes de faire part de leurs attentes par rapport aux ateliers sur l'engagement masculin et de décider collectivement des règles de base pour les discussions et la participation.

1. Genre et pouvoir

Cette section introduit l'idée de genre comme une construction sociale et montre comment cela influence les dynamiques de pouvoir.

2. Sexualité

Cette section expose de manière exhaustive la sexualité et l'influence qu'elle exerce sur les valeurs personnelles et les comportements.

3. Les hommes et la santé

Cette section porte sur les liens entre la socialisation, les comportements et la santé des hommes ainsi que l'importance du bien-être émotionnel et physique.

4. Consommation de substances psychotropes

Cette section identifie les effets (physiques, mentaux, émotionnels et comportementaux) provoqués par l'alcool et d'autres substances psychotropes et elle évoque les situations dans lesquelles l'abus de ces substances augmente le risque des IST, y compris le VIH et le SIDA.

5. Relations saines

Cette section fournit des informations sur les différences entre les relations saines et malsaines et les diverses manières d'instaurer une relation saine.

6. Prévention des IST et du VIH

Cette section se concentre sur la vulnérabilité des hommes par rapport au VIH et au SIDA et l'importance des comportements préventifs et de la négociation dans le cadre des relations sexuelles.

7. Vivre avec le VIH

Cette section promeut une meilleure compréhension des vies et expériences des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA, y compris les préjugés et la discrimination auxquelles elles sont confrontées. De plus, elle illustre la manière dont les personnes atteintes du SIDA et du VIH peuvent vivre positivement.

8. La paternité

Cette section se concentre sur le rôle des hommes dans les soins et les avantages que cela entraîne pour eux, pour les femmes, les enfants et les communautés.

9. La violence

Cette section explore les nombreuses formes de violence existantes et les liens vis-à-vis du genre et du pouvoir.

10. Créer des changements, agir

Cette section exhorte les hommes à se lancer dans des réflexions individuelles et collectives sur la manière de générer des changements positifs dans leurs vies et communautés sur les sujets liés à la santé, au VIH et au SIDA, ainsi qu'à la violence.

Quelles informations figurent dans chaque activité ?

Le manuel présente les informations de manière standard pour chaque activité. Il s'agit d'informations sur :

- **Les objectifs** de l'activité
- **L'auditoire** avec lequel l'activité fonctionne le mieux
- **La durée** nécessaire à chaque activité
- **Les supports** nécessaires pour l'activité
- **Les étapes** nécessaires à la mise en œuvre de l'activité
- **Les notes** sur les modalités de mise en œuvre de l'activité
- **Les points d'apprentissage clefs** à souligner durant l'activité
- **Les photocopiés** qui peuvent être distribués durant l'activité
- **Les exemples** d'outils pédagogiques pouvant être utilisés durant l'activité

Chaque élément de ce format standard est évoqué de façon plus détaillée ci-dessous.

Objectifs

Il s'agit de la description de ce que les participants doivent apprendre grâce à l'activité. Il est judicieux de commencer chaque activité en expliquant les objectifs de l'activité aux participants. Cela aide les participants à comprendre pourquoi ils font cet exercice et ce qu'ils peuvent espérer en tirer. À moins que les instructions ne disent le contraire, l'explication des objectifs aux participants aide à examiner les activités à la fin de chaque journée. Cette étude vous aide à déterminer si l'atelier évolue positivement en ce qui concerne l'apprentissage des participants.

Auditoire

Il s'agit de montrer pour quels groupes ou situations l'activité, telle que présentée dans le manuel, est la mieux adaptée. Souvenez-vous que toutes les activités peuvent être adaptées à différents groupes ou situations. Une activité qui requiert par exemple beaucoup de ressources peut être adaptée à un environnement à faibles ressources.

Les catégories sont :

Âge : jeunes (14–24 ans) ; adultes (plus de 24 ans) ; jeunes ou adultes (14 ans et plus)

Sexe : hommes ou groupes mixtes (soit avec des groupes d'hommes uniquement ou d'hommes et de femmes ; des groupes mixtes (avec des groupes d'hommes et de femmes) ; hommes seulement (groupes d'hommes uniquement)

Niveau d'alphabétisation : tout niveau (pas de lecture, d'écriture ou de terminologie compliquée) ; moyen (lecture et écriture, en plus d'une terminologie légèrement plus compliquée, telle que celle relative à l'équité de genre)

Ressources : faibles (pas de nécessité d'avoir un tableau à feuilles, des marqueurs ou d'autres objets en dehors de quelques photocopiés qui peuvent être préparés à l'avance) ; moyennes (tableau à feuilles ou espace pour écrire et marqueurs) ; élevées (projecteur PowerPoint ou lecteur DVD ; grande quantité de photocopiés)

Durée

Il s'agit de la durée de l'activité en fonction des expériences passées. En fonction de certains facteurs tels que le nombre de participants, la durée de chaque activité peut varier. Les activités du manuel sont conçues pour des sessions de 45 minutes minimum ou de deux heures maximum, et dans certains cas, les durées sont adaptées. Il est plus important de travailler en fonction du rythme des participants. Mais en général, les sessions ne doivent pas dépasser deux heures. Il est également important de se souvenir que tout programme destiné à un atelier est souvent complet. Si vous consacrez trop de temps à une activité, vous n'aurez pas le temps de terminer les autres. Essayez de respecter la durée suggérée.

Supports

Il s'agit des supports nécessaires à chaque activité. Il faudra que vous prépariez certaines des activités avant que l'atelier ne commence. Il s'agit des supports de base, tels qu'un tableau à feuilles et des marqueurs. Dans le cas où les supports énumérés ne sont pas facilement accessibles, vous pouvez improviser. Par exemple, le tableau à feuilles et les marqueurs peuvent être remplacés par un tableau noir et de la craie.

Préparation

Cette section vous donne des informations sur la préparation nécessaire avant l'activité.

Notes de l'animateur

Ces notes vous aideront à animer l'activité de manière plus efficace. Elles mettent en évidence les aspects importants du processus et les informations et astuces qui vous aideront à préparer l'activité. Assurez-vous de les lire avant de commencer.

Étapes

Vous devez suivre les étapes afin de bien animer cette activité. Ces instructions sont numérotées et doivent être mises en œuvre dans l'ordre. La plupart de ces activités sont rédigées de telle sorte qu'elles soient adaptées aux groupes ayant différents niveaux de lecture et d'écriture, mais vous devez être attentifs au fait que ces étapes soient faisables et appropriées pour les participants. Par exemple, lorsque la procédure prévoit la lecture du texte, vous pouvez lire le texte à haute voix.

Les étapes incluront également des questions suggérées pour guider la discussion par rapport au sujet de l'activité. Vous devriez être libre de les ajouter ou de les reformuler, en fonction du contexte local. De plus, il n'est pas nécessaire que le groupe discute de l'ensemble des questions suggérées ou que vous suiviez l'ordre prévu par la liste. Vous pouvez plutôt vous concentrer sur les participants et les encourager

à exprimer leurs opinions. Il faut que vous soyez patient / e étant donné que certains participants peuvent être timides au début ou il se peut qu'ils ne se sentent pas à l'aise à l'idée de discuter de ces sujets. Vous ne devez jamais forcer qui que ce soit à s'exprimer.

Clôture

Cette section permet de mettre en évidence les points clefs que les participants doivent apprendre grâce à cette activité. Il peut être utile de vous référer à ces points clefs pendant que vous animez la discussion. Vous pouvez aussi les utiliser pour résumer la discussion à la fin de l'activité.

Polycopiés

Certaines activités disposent de documents photocopiés à distribuer. Les photocopiés comprennent des informations que les participants emportent avec eux ou que vous examinez avec eux. Si possible, vous devez faire suffisamment d'exemplaires des photocopiés pour l'ensemble des participants. Vous pouvez rédiger les informations sur les pages du tableau à feuilles pour que les participants puissent s'y référer durant l'activité.

Fiches d'information

Il s'agit d'informations complémentaires que les animateurs examinent durant la préparation d'une activité. Les fiches d'information sont disponibles pour certaines activités uniquement.

Exemples

Un schéma ou graphique est utilisé pour certaines activités. Utilisez ces exemples comme guide pour construire ces graphiques ou faire des schémas.

Liens

Les références aux autres activités du manuel qui renforcent ou explorent davantage des sujets similaires.

Guide de formation pour les animateurs d'engagement masculin (EM)

Introduction

La seconde partie de ce manuel donne des instructions en vue de la formation des animateurs pour l'engagement masculin afin de mener des activités éducatives auprès des hommes et des groupes mixtes dans la communauté.

Contenu

Cette section évoque l'importance de l'expérience, de la pratique et des retours d'information pour la formation d'animateurs. La section suivante présente les principaux éléments d'un **processus d'apprentissage** efficace destiné aux adultes. Elle permet aux animateurs de disposer d'un certain nombre d'instructions qui les aideront à créer un environnement d'apprentissage favorable dans le cadre de leurs ateliers éducatifs.

La section suivante donne des orientations sur **la planification d'un atelier de formation EM** et les principales étapes, de même que les questions à prendre en compte. Elle examine les principales compétences nécessaires pour **devenir de bons animateurs**. Elle inclut les exercices que les animateurs potentiels / elles peuvent utiliser pour renforcer leurs compétences. Elle évoque également la manière de gérer les personnes compliquées ou les situations difficiles durant un atelier éducatif. Cela comprend des informations sur **la gestion de la révélation de la séropositivité** et la meilleure façon de répondre à ce type de défi.

A. Le processus de formation

Fournir des informations de base

La formation des animateurs visant à appliquer les activités d'EM commence par une présentation du programme et la manière dont les ateliers éducatifs s'adaptent au programme global. Il est particulièrement important pour les animateurs de comprendre la philosophie de l'engagement masculin comme présentée ci-dessus.

Si le programme s'inscrit dans le cadre d'efforts régionaux, nationaux et mondiaux, il est important pour les animateurs d'engagement masculin de voir comment leur travail s'adapte au programme dans son ensemble. Cela les motivera à apprendre durant la formation et appliquer les activités d'engagement masculin après la formation. Leur compréhension de la portée des activités d'engagement masculin les aidera à réfléchir aux futures orientations éventuelles de ce travail dans leurs organisations et leurs communautés.

Composantes du processus de formation

La formation des animateurs pour les activités EM de groupe suppose trois étapes principales :

1. Vivre l'expérience de l'activité
2. Pratiquer l'animation avec un groupe
3. Obtenir des commentaires sur l'animation de l'activité

Expérience

La première composante de la formation d'une personne en vue de l'animation d'une activité éducative d'engagement masculin est de vivre cette expérience. Cette première expérience en tant que participant aide les animateurs potentiels / elles à mieux comprendre les atouts (et faiblesses éventuelles) d'une activité. Elle leur permet également de réfléchir aux questions soulevées par l'activité et de s'informer plus à leur sujet.

Il est important que les formateurs démontrent les qualités nécessaires à une bonne animation quand des animateurs en formation assistent aux activités EM en tant que participants. Une fois l'activité terminée, les formateurs doivent débriefing les animateurs en formation au sujet de l'activité. Cela implique l'examen de la description écrite de l'activité dans ce manuel et la discussion de chaque aspect de l'activité (objectifs, supports, étapes, notes de l'animateur, points clefs dans la conclusion).

Pratique

La deuxième composante consiste à pratiquer l'animation de l'activité avec un groupe de pairs. Beaucoup d'animateurs en formation seront nerveux / ses à l'idée de conduire une animation devant leurs pairs. En ayant cela à l'esprit, il est utile de se concentrer sur la création d'une atmosphère détendue. Les formateurs doivent insister sur le fait que le but est de s'améliorer et que les personnes formées n'ont pas besoin d'être parfaites la première fois.

Réactions / feedback

Des réactions utiles constituent la troisième et dernière composante. Les animateurs en formation devraient s'attendre à des commentaires constructifs sur la manière d'utiliser les activités éducatives durant la pratique.

Les commentaires utiles aident à développer les compétences et la confiance en soi. Les commentaires émanant de pairs représentent également un moyen pour les animateurs en formation de créer une communauté de soutien. Il est important que les aspects positifs de l'animation de même que les améliorations possibles soient indiqués. De plus, les personnes formées doivent avoir l'opportunité de réfléchir seules aux qualités et aux défauts de leurs techniques d'animation.

Comment donner un feedback utile

Chacun a une manière différente de donner et recevoir du feedback. Certaines personnes donnent facilement du feedback. D'autres sont plutôt timides à l'idée de le faire. De même, nous réagissons tous différemment aux remarques des autres. Mais malgré les différences de style, un feedback utile comporte des éléments communs.

Se concentrer sur le comportement. Le feedback est utile (et bien accepté) lorsqu'il est spécifique. En revanche, les propos d'ordre général sur la personnalité d'un individu ou ses croyances sont beaucoup moins utiles. Ils mettent la personne concernée sur la défensive. En conséquence, la personne évaluée est moins susceptible de tenir compte du feedback, quel que soit le degré de validité de ce dernier.

Se concentrer sur le changement. Le feedback efficace porte sur un comportement relativement facile à changer. Les remarques sur les comportements difficiles à changer (telles que les habitudes personnelles) ne sont pas utiles. Elles créent souvent de l'anxiété et des complexes par rapport au comportement sans pour autant le changer. Cela peut mettre la personne sur la défensive.

Être précis. Se concentrer sur les remarques relatives à des comportements ou à des déclarations spécifiques aide les personnes à comprendre ce qu'il faut améliorer. Cela permet de faciliter l'action.

Être constructif. En général, les personnes ne souhaitent pas entendre de commentaires car elles craignent qu'ils soient négatifs. Un bon feedback est souvent critique, mais les commentaires constructifs aident les

personnes à s'améliorer. Les critiques constructives mettent en évidence ce qui doit être amélioré dans le contexte de ce qui a été bien fait.

Prendre des responsabilités. Le feedback représente le point de vue d'une personne par rapport aux actes d'une autre. Il ne s'agit pas d'asséner la vérité définitive ou d'avoir le dernier mot. Lorsque vous faites des commentaires, il est important de préciser que c'est un point de vue personnel en commençant vos propos par « je pense que... » ou « j'ai eu le sentiment que... »

Permettre d'avoir la liberté de changer ou de ne pas changer. Les commentaires ont pour but d'aider les personnes à améliorer leur travail. Cependant, seules les personnes concernées peuvent choisir d'agir ou pas à la suite de ces commentaires. Les capacités à faire de bons commentaires aideront les personnes à choisir leurs futures actions en fonction des informations fournies.

Comment faire bon usage du feedback

Il est également utile de guider les animateurs en formation sur la manière de recevoir le feedback pour bien l'utiliser. La bonne pratique consiste à¹⁶ :

- Seulement écouter
- Ne pas justifier votre comportement
- Seulement demander un éclaircissement
- Indiquer que le feedback a été reçu et compris

Ci-dessous figure un exercice sur la manière de donner et recevoir du feedback. L'appendice 1 comprend un outil d'observation et de feedback que les formateurs pourront utiliser lorsqu'ils formeront les animateurs.

Exercices sur le feedback

Écrivez les noms des animaux suivants en gros caractères sur quatre feuilles de papier, un nom par feuille : *Chien, Dauphin, Lion et Chouette*. Utilisez les images de ces animaux si vous pouvez vous les procurer. (Note : les animaux utilisés pour cet exercice peuvent être changés si les formateurs pensent que la situation s'y prête.)

Placez le nom d'un animal différent à chacun des quatre coins de la pièce. Si vous pouvez fournir des photos des animaux, vous pouvez les utiliser.

Expliquez aux participants que vous allez conduire un exercice sur la manière de donner et recevoir du feedback. Demandez-leur de faire part de leurs idées sur la raison pour laquelle le feedback est important lorsqu'il est échangé entre collègues. Expliquez que cet exercice permettra de comprendre les différents styles de feedback.

Demandez à tous les participants de se mettre au milieu de la salle. Demandez-leur de penser à la façon dont ils donnent du feedback à leurs collègues. Dites-leur de choisir un animal qui représente le mieux la manière dont ils présentent leur feedback. Donnez-leur le temps de réfléchir à cette question. Ensuite, demandez-leur de se mettre à côté de l'animal qui représente le mieux leur façon de faire.

Donnez cinq minutes aux participants pour qu'ils discutent avec leur groupe des raisons de leur choix. Ensuite, demandez aux membres de chaque groupe de faire part des raisons de leur choix à toute la classe. Cette activité doit prendre environ dix minutes. Par exemple, un participant peut dire « J'ai choisi le chien car les chiens sont loyaux et gentils. Je ne veux jamais offenser qui que ce soit, donc je suis prudent lorsque je donne du feedback. Je me soucie surtout de ne mettre personne en colère. »

¹⁶ Solter, C., et al. 2007. *Advanced training of trainers*. Watertown, MA : Pathfinder International. (Formation avancée de formateurs.)

Après que tous les petits groupes ont fait leur rapport à l'ensemble du groupe, demandez à tout le monde se remettre au milieu de la salle. Cette fois-ci demandez aux participants de se mettre à côté de l'animal qui représente le mieux leur manière de recevoir du feedback.

Demandez aux participants de discuter de cela pendant cinq minutes. Ensuite, accordez-leur dix minutes pour qu'ils fassent un rapport au groupe dans son ensemble. Un participant peut répondre de la façon suivante, « Je suis comme un lion lorsqu'on me donne du feedback parce que je peux être imprévisible. Si j'entends trop de commentaires négatifs en même temps, je deviens agressif et protecteur, à la manière d'un lion qui protège des lionceaux. »

Après que tous les groupes ont terminé, posez les questions suivantes aux participants en vue d'une discussion :

- Pourquoi est-il important de connaître nos façons de donner et de recevoir du feedback ?
- Comment cette activité a-t-elle changé la manière dont vous donnez ou recevez du feedback ?
- Quelle est la chose la plus importante dont il faut vous souvenir lorsque vous donnez du feedback ?
- Quelle est la chose la plus importante dont il faut vous souvenir lorsqu'on vous donne du feedback ?

Utilisez les points clés sur la manière de donner et de recevoir du feedback (voir-ci dessus) pour résumer les principaux enseignements de cet exercice.

B. Le processus d'apprentissage : travailler pour le succès de l'engagement masculin

L'apprentissage est essentiel à l'engagement masculin (EM)

Les activités présentées dans la partie C (ci-dessous) de ce manuel donnent aux hommes (et aux femmes) l'opportunité d'apprendre. Les participants aux ateliers apprendront de nouvelles choses sur la santé sexuelle et reproductive et sur leurs propres attitudes vis-à-vis du genre et de la sexualité. Ils apprendront également sur les compétences nécessaires pour être en bonne santé, avoir de meilleures relations et une vie plus saine. Les animateurs d'ateliers doivent comprendre les éléments fondamentaux du processus d'apprentissage et la meilleure manière de promouvoir l'apprentissage efficace.

L'apprentissage efficace requiert

Les formateurs peuvent utiliser les informations suivantes, y compris un polycopié sur [l'Apprentissage adulte](#) (page 29), afin d'expliquer les aspects fondamentaux du processus d'apprentissage. La partie C comprend des activités que les animateurs peuvent pratiquer et ensuite utiliser pour créer un environnement d'apprentissage positif. Les modes d'apprentissage varient selon les personnes, mais certains éléments communs d'enseignement sont essentiels.

Respect

Il est possible qu'il y ait des désaccords entre les participants à un atelier d'engagement masculin. Cela est dû au fait que les activités éducatives soulèvent de nombreuses questions sur lesquelles les personnes ont des convictions très fortes. Compte tenu de la situation, il est important que tous les participants à un atelier se sentent écoutés et respectés. Il est essentiel que les règles de base d'un atelier comprennent le respect des opinions d'autrui.

Sécurité

Un environnement confortable et sûr est essentiel. N'importe quel atelier d'engagement masculin doit comprendre des règles de base sur la confidentialité, le partage d'informations, la communication non-violente (y compris des règles sur le sexisme, l'homophobie et le racisme) et l'encouragement à participer.

Soutien

Pour certaines personnes, l'atelier d'engagement masculin peut réveiller des souvenirs d'une expérience douloureuse ou néfaste dans leur passé (tel que l'abus sexuel contre les enfants). Il peut également mettre les personnes dans des situations potentiellement violentes. Il est essentiel que les animateurs connaissent les services de soutien disponibles et puissent diriger les participants vers ces services, le cas échéant. Il est également important d'expliquer aux participants qu'ils ont des obligations légales de rendre des comptes. Il peut s'agir de situations dans lesquelles les animateurs sont informés d'abus par une victime ou l'auteur des faits, ou lorsqu'il y a suspicion d'abus ou de négligence.

Pertinence / Importance

Il est important que les participants voient comment leur apprentissage est pertinent pour leur travail et leur vie. S'ils ne le font pas, ils ont peu de chance d'être motivés. Il est utile d'expliquer la pertinence des activités au fur et à mesure qu'elles ont lieu. On peut également créer des opportunités pour que les participants fassent des remarques sur l'utilité de ce qu'ils apprennent.

Énergie

L'apprentissage requiert des efforts. Il est essentiel de tenir compte des niveaux d'énergie dans un atelier d'engagement masculin. Les animateurs doivent recourir à des exercices dynamiques s'il y a une baisse de régime. La planification des ateliers doit également se concentrer sur le rythme des activités et la manière dont il maintient l'énergie du groupe.

L'action

Des recherches ont montré que nous nous souvenons de 20% de ce que nous entendons, 40% de ce que nous voyons et 80% de ce que nous faisons. Les personnes apprennent le mieux lorsqu'elles sont actives dans le cadre de leur propre apprentissage. Les activités d'ateliers éducatifs sont interactives et nécessitent une participation active des personnes qui ne doivent pas se contenter d'écouter.

C. Planification d'un atelier sur l'engagement masculin

Voici certaines instructions pouvant aider les animateurs à établir le programme de leurs ateliers. Les formateurs peuvent utiliser ces informations comme la base d'une présentation sur la planification d'un atelier sur l'engagement masculin.

Familiarisez-vous avec la salle de présentation

Si vous ne connaissez pas la salle où l'atelier aura lieu, il est judicieux d'aller l'inspecter quelques jours avant l'atelier. Cela vous aidera à créer l'environnement le plus positif possible pour la formation. Par exemple, il faudra peut-être déplacer les sièges et tables ou améliorer l'éclairage. Essayez d'éviter un agencement du type salle de classe. L'espace doit également être privé, c'est-à-dire que les participants doivent se sentir à l'aise pour discuter de sujets sensibles ou d'opinions personnelles. Si la pièce n'est pas adaptée, vous aurez le temps de chercher une autre salle avant le début de l'atelier.

Soyez au courant de la situation de l'épidémie

Il est important de savoir quelle a été l'évolution du VIH dans le pays ou la région où vous travaillez de manière à ce que vous puissiez adapter l'atelier aux besoins des participants. Par exemple, il peut y avoir certains facteurs qui contribuent à l'épidémie du VIH dans le pays, mais qui sont ignorés. Si vous disposez de plus d'informations sur l'épidémie vous pouvez faire face à ces lacunes.

Faites connaissance avec votre auditoire

Essayez de savoir qui assistera à l'atelier, et si ces personnes viennent volontairement ou si elles ont été envoyées. Cela vous donnera une idée de leur ouverture d'esprit. Si possible, essayez de savoir si ces par-

Participants ont suivi d'autres formations sur le VIH et le SIDA, sur les droits humains et les thèmes connexes. Cela vous aidera à adapter ces activités à leurs niveaux.

Sachez quel est votre rôle

Votre rôle est de créer un environnement ouvert et respectueux dans lequel les participants se sentent à l'aise pour parler et tirer des leçons de leurs propres expériences. Il est important que vous soyez sympathique et que vous établissiez un lien avec les participants. Comme évoqué ci-dessus, les activités ont pour but de générer un processus de réflexion et d'apprentissage participatif, un processus facilité mais pas enseigné. Beaucoup de thèmes – violence, sexualité, santé mentale, paternité et VIH – sont complexes et sensibles. Certains groupes de participants feront preuve d'ouverture et exprimeront leurs sentiments durant le processus, d'autres ne souhaiteront pas s'exprimer. Vous jouez donc un rôle clef. Vous devez aborder les activités sans jugements ou critiques a priori par rapport aux attitudes, langages ou comportements des participants. Il vous incombe d'observer si les participants sont à l'aise et s'ils ont besoin d'attention individuelle et, dans certains cas, de références aux services et conseils professionnels.

Avant d'animer un atelier éducatif sur l'EM, il est important que vous vous sentiez à l'aise pour discuter des questions liées aux genres et à la sexualité et que vous ayez réfléchi à vos propres expériences et combats par rapport aux thèmes traités dans le manuel. En tant qu'animateur / animatrice, vous deviendrez un modèle et une source d'informations et de soutien pour les participants. C'est pourquoi il est important que vous ayez bénéficié d'une formation suffisante pour travailler avec les participants sur les thèmes évoqués dans ce manuel et que vous ayez une structure de soutien et de ressources issue d'organisations et / ou d'autres éducateurs et animateurs.

Sachez qui est votre co-animateur /-animatrice

Si vous animez un atelier sur l'engagement masculin avec un / une autre animateur / animatrice, il est important que vous vous rencontriez à l'avance pour planifier le travail ensemble. Il faudra répartir les activités entre vous. Il faudra également vous mettre d'accord sur la manière de vous soutenir mutuellement durant l'atelier. Vous pourrez par exemple décider que lorsque l'un d'entre vous anime, l'autre doit rester dans la pièce et aider en écrivant sur un tableau de conférence.

Lisez le manuel

Lisez le manuel avant de commencer un atelier. Assurez-vous d'avoir relu toutes les activités avant de commencer. Si vous ressentez de la confusion ou de la préoccupation par rapport aux informations figurant dans le manuel, posez vos questions à un / une autre animateur / animatrice.

Préparez les supports

Préparez les supports et tableau à feuilles à l'avance. Assurez-vous d'avoir suffisamment d'exemplaires des photocopiés pour l'ensemble des participants. Pour certaines activités, vous devez écrire des informations sur des feuilles du tableau à feuilles avant de commencer. Assurez-vous d'avoir tous les supports pour chaque activité avant de commencer. Une liste de ces supports figure dans la description de chaque activité.

Informez-vous sur le soutien

Pour certains participants, un atelier éducatif sur l'engagement masculin peut éveiller des souvenirs douloureux, tels que les abus sexuels contre les enfants. Certains peuvent être confrontés à un risque de violence accru pour avoir participé à l'atelier. Les animateurs doivent identifier les services de soutien disponibles et être capables d'y envoyer les participants si nécessaire.

Vérifiez les invitations

Assurez-vous que les participants connaissent la date, l'heure et le lieu de l'atelier. Vous pouvez ou non être en charge de les appeler pour qu'ils participent à l'atelier. Même si vous ne l'êtes pas, il vaut mieux vérifier que les participants ont reçu des informations sur l'atelier : date, heure, et lieu.

Aidez les participants à se détendre

Créez une atmosphère détendue dans la salle de formation. Les activités éducatives présentées dans ce manuel portent sur des questions très sérieuses et douloureuses. Il est important de créer, dès le début, une atmosphère détendue pour l'atelier. Vous pouvez par exemple mettre les sièges en cercle, sortir les tables de la pièce, mettre des posters sur les murs ou donner des snacks durant les pauses du matin et de l'après-midi.

Aidez les participants à apprendre

Suivez les instructions sur les principes d'apprentissage adulte et les meilleures pratiques décrites dans la section précédente et son polycopié sur [l'Apprentissage adulte](#) (page 29). La partie D ci-dessous comprend un certain nombre d'activités que les animateurs peuvent pratiquer et utiliser pour créer un environnement d'apprentissage positif. Souvenez-vous que les personnes répondent bien aux activités éducatives qui sont participatives et divertissantes. Les jeux de rôle peuvent par exemple permettre aux participants d'explorer des problèmes qu'ils peuvent avoir des difficultés à évoquer dans d'autres cadres. Les jeux de rôle aident également les participants à mettre en pratique diverses compétences telles que la négociation, le refus et la prise de décision, ainsi que la manière d'utiliser un préservatif correctement. L'organisation de débats représente une alternative au jeu de rôle, les participants peuvent discuter des points de vue qu'ils pourraient envisager ou non.

Préparez l'évaluation

L'évaluation constitue un élément important de tout atelier d'engagement masculin. La planification d'un atelier suppose la préparation d'une évaluation à court et à long terme de l'impact de l'atelier.

À court terme, il est très utile d'évaluer tout atelier sur l'engagement masculin à la fin dans le but :

- D'apprendre comment améliorer l'atelier
- D'établir un bon état d'esprit dans le programme d'engagement masculin en mettant en évidence ce qui a bien fonctionné
- De produire des documents sur le programme qui pourront être utiles pour la collecte de fonds et le plaidoyer

L'appendice 2 comprend un outil d'évaluation d'atelier sur l'engagement masculin. Ce formulaire d'évaluation est destiné aux participants au début et à la fin de l'atelier. Idéalement, vous devez mener l'évaluation post-atelier avec les participants plusieurs mois après la fin de la formation. Cela vous permettra d'évaluer si votre formation a eu un impact durable sur les connaissances, les attitudes et les comportements des participants.

Si vous ne pouvez pas conduire l'évaluation post-atelier plusieurs mois après la formation, vous pouvez administrer le questionnaire avant et immédiatement après la formation. Si les sessions sont échelonnées dans le temps, cela vous permettra de voir s'il y a eu un changement dans les connaissances, les attitudes et comportements des participants. Si les sessions sont échelonnées sur plusieurs jours, cela vous permettra d'évaluer les connaissances et attitudes, mais pas l'impact sur les comportements, étant donné que peu de temps se sera écoulé entre le début et la fin des formations.

Bien que les évaluations à long terme soient plus utiles pour montrer l'impact possible d'un programme sur l'engagement masculin, elles sont beaucoup plus compliquées. En pratique, il ne serait pas facile de contacter les participants des ateliers longtemps après la fin de l'atelier. Par conséquent, il est important de réfléchir sur la possibilité d'assurer un suivi auprès des participants à l'atelier et sur les étapes à suivre pour faciliter le processus.

Il peut être très difficile d'être sûr que l'évolution des connaissances, attitudes et comportements signalée par les participants après l'atelier résulte de l'atelier ou d'autre chose. Il est utile de penser à quelles connaissances devront être évaluées après l'atelier.

Il est également utile de penser aux méthodes spécifiques pour l'évaluation des connaissances acquises pendant l'atelier. Demandez par exemple aux participants de noter régulièrement leurs réactions vis-à-vis de l'atelier et examinez ces notes avec eux quelque temps après la fin de l'atelier.

D. Devenir de meilleurs animateurs

Introduction

Il n'est pas difficile de créer un bon environnement d'apprentissage et vous n'avez pas besoin d'être un expert pour y parvenir. Mais il faut travailler pour améliorer vos qualités de formateur / formatrice en développant certaines attitudes et compétences.

Cela s'avère particulièrement important pour les hommes qui suivent une formation afin de devenir des animateurs sur l'engagement masculin (EM). Lorsque les hommes prennent la responsabilité de l'animation, on leur demande non seulement d'aider des groupes d'hommes à discuter de questions portant sur le genre, la violence et la santé sexuelle. On leur demande également d'être un exemple des attitudes et comportements dont les hommes auront besoin pour protéger leur santé, sécurité et bien-être, ainsi que ceux des autres. Il est très important que les hommes en cours de formation pour devenir des animateurs sur l'EM aient l'opportunité de parler entre eux de l'impact de leurs attitudes sur leur travail et de leur capacité à s'offrir en modèles de nouvelles manières d'être masculines. Voir **préparation personnelle** (ci-dessous) pour plus d'informations sur ce point.

Il est également important que les animateurs développent des compétences en matière d'écoute active, de questionnement efficace et de gestion de discussion de groupe. Ces compétences amélioreront le travail des animateurs dans n'importe quel atelier sur l'EM. Les formateurs peuvent utiliser les informations et exercices suivants pour développer ces compétences.

Préparation personnelle

En tant qu'animateurs préparant un travail sur l'engagement masculin, vous devrez examiner vos propres réflexions et sentiments et la manière dont ils peuvent affecter votre travail. Vous pouvez, par exemple, vous sentir mal à l'aise à l'idée de parler ouvertement de certains sujets (par exemple, des aspects de la sexualité tels que la masturbation). Cela peut poser des difficultés pour avoir une discussion franche. Vous pouvez avoir des arrêts fermes sur certains sujets (par exemple, les femmes ayant des préservatifs). Il peut être difficile d'animer une discussion sans imposer vos propres points de vue. En effectuant ce travail, il se peut qu'on vous rappelle des expériences douloureuses de votre passé durant lesquelles vous avez souffert ou fait souffrir d'autres personnes. Le souvenir de ces expériences peut générer des difficultés pour discuter de certains sujets.

Afin d'aider les hommes et les femmes à discuter de ces questions aussi ouvertement que possible, il est important de prendre le temps de réfléchir à vos propres opinions, sentiments et expériences. Cela peut comprendre :

- Rencontrer un collègue pour discuter des réflexions et sentiments à l'égard du travail sur l'engagement masculin. Parlez de ce qui vous enthousiasme et de ce qui vous rend nerveux ou timide, ou vous fait douter de vous. Parlez de tous les sujets qui vous mettent mal à l'aise et dites pourquoi. Prévoyez un plan pour la gestion de ce malaise en conduisant du travail sur l'engagement masculin.
- Donner du temps durant une réunion d'équipe pour continuer les mêmes discussions. Si possible, faites venir un / une animateur / animatrice extérieur/e compétent/e pour aider les membres de l'équipe au cours des débats.
- Choisir quelqu'un en qui vous avez confiance et qui pourrait, d'après vous, vous écouter et vous soutenir (collègue, ami/e ou membre de la famille). Parlez-lui brièvement de vos expériences passées. Donnez les détails que vous souhaitez.

Expliquez-leur comment, d'après vous, ces souvenirs peuvent avoir un impact sur votre travail et le soutien que vous attendez pour gérer ces souvenirs. Faites un plan pour obtenir ce type de soutien. Si vous pensez ne pas pouvoir obtenir le soutien dont vous avez besoin ou que les souvenirs font resurgir des expériences trop difficiles ou douloureuses, souvenez-vous que vous avez le choix de ne pas faire ce travail ou une partie de ce travail.

Écoute active

L'écoute active est une compétence de base pour animer des discussions de groupe. Elle permet d'aider les personnes à sentir qu'elles sont comprises et entendues. L'écoute active aide les personnes à faire part de leurs expériences, de leurs réflexions et de leurs sentiments plus ouvertement. Il s'agit d'une façon de montrer aux participants que leurs idées sont tout à fait valables et importantes lorsqu'il faut résoudre les problèmes.

L'écoute active implique :

- L'utilisation du langage corporel pour exprimer de l'intérêt et de la compréhension. Dans la plupart des cultures, cela inclut l'acquiescement ou le fait de se tourner vers la personne qui parle.
- Le fait d'exprimer de l'intérêt et de faire preuve de compréhension par rapport à ce qui est dit. On peut regarder directement la personne qui parle. Dans certaines communautés, le contact visuel n'est pas approprié avant que les interlocuteurs aient établi une relation de confiance.
- L'attention à ce qui est dit mais aussi à la manière dont cela est dit, en observant le langage corporel de la personne qui s'exprime.
- Le fait de poser des questions à la personne qui parle, afin de montrer que vous voulez comprendre ce qu'elle dit.
- Le fait de résumer les discussions pour vérifier que ce qui a été dit a bien été compris. Demandez aux personnes de réagir.

Vous pouvez utiliser n'importe laquelle des activités suivantes avec les participants pour pratiquer des compétences d'écoute :

Exercice d'écoute 1

L'écoute active se fait avec les yeux et les oreilles. Cet exercice renforce ce message en aidant les personnes à faire l'expérience de la différence entre l'écoute d'une personne avec le dos tourné et l'écoute d'une personne qui leur fait face.

Rassemblez les participants par paires. Demandez à chaque paire de s'asseoir dos à dos.

Demandez à un membre de la paire de parler (de n'importe quel sujet) pendant trois à quatre minutes pendant que son partenaire l'écoute. Ensuite, inversez les rôles.

Faites un débriefing en demandant aux membres groupe quel effet cela faisait d'écouter une personne qu'ils ne voyaient pas. Demandez comment la personne qui écoutait a réagi à la personne qu'elle ne voyait pas.

Divisez à nouveau le groupe en paires, mais cette fois-ci, demandez à chaque paire de s'asseoir face à face. Refaites l'exercice, avec une personne qui parle et l'autre personne qui écoute et ensuite inversez les rôles.

Faites un débriefing en demandant au groupe quelles sont les différences entre l'écoute dos à dos et l'écoute face à face. Demandez au groupe ce que ces différences signifient en matière d'écoute active.

Exercice d'écoute 2

Cet exercice montre la différence entre les « mauvaises » techniques d'écoute et les « bonnes » techniques d'écoute. Ce faisant, il renforce l'apprentissage des points clefs de l'écoute active.

Faites une brève présentation des points clefs de l'écoute active. Regroupez les participants par paires. Demandez à une personne de chaque paire de jouer le rôle de la personne qui parle et à l'autre personne de jouer le rôle de celle qui écoute.

Expliquez que la personne qui parle va s'exprimer durant trois à quatre minutes (sur n'importe quel sujet) et que la personne qui écoute va utiliser de mauvaises techniques d'écoute.

Une fois l'exercice terminé, faites un débriefing en demandant à la personne qui parle ce que ça lui a fait d'être avec une personne qui écoute mal. Demandez à la personne qui a parlé ce que la personne qui a mal écouté a ou n'a pas fait.

Regroupez à nouveau les participants par paires et inversez les rôles. Cette fois-ci, demandez à la personne qui écoute d'utiliser de bonnes techniques d'écoute. Lorsque la personne qui parle termine, faites un débriefing en demandant à la personne qui parle ce que ça lui a fait d'être avec une personne qui écoute bien. Demandez à la personne qui a parlé ce que la personne qui a bien écouté a ou n'a pas fait. A partir de cette discussion, établissez une liste de points clefs sur l'écoute active.

Exercice d'écoute 3

Il faut que tout le monde puisse pratiquer les compétences d'écoute active et faire l'expérience de différents styles d'écoute afin de soulever les points clefs. Cet exercice est une manière ludique de le faire.

Divisez le groupe en deux. Demandez à une moitié de former un cercle faisant face à l'extérieur avec leurs chaises ; demandez à la deuxième moitié de former un autre cercle entourant le premier et faisant face à l'intérieur, de manière à ce que chaque membre du cercle interne soit face à face avec un membre du cercle extérieur.

Dites aux personnes du cercle interne qu'elles sont chargées d'écouter. Elles doivent faire preuve des compétences d'écoute active avec leur partenaire du cercle externe.

Demandez aux personnes du cercle externe de parler durant deux à trois minutes à la personne qui doit les écouter dans le cercle interne. Lorsque le temps est écoulé, demandez au cercle extérieur de se décaler sur la droite, de manière à ce que chaque personne qui s'exprime s'adresse à une nouvelle personne qui écoute. Répétez cet exercice deux à trois fois.

Faites un débriefing en demandant aux personnes qui parlent de comparer chacune des personnes qui écoute et d'identifier les caractéristiques d'une personne qui écoute bien. Demandez aux personnes qui écoutent de dire l'effet que produit l'écoute de différentes personnes et dans quelles situations il était plus facile ou difficile de bien écouter. A partir de cette discussion, dressez une liste des points clefs sur l'écoute active.

Ne portez pas de jugement

Souvenez-vous que les informations doivent être communiqués de manière non autoritaire et sans porter de jugement et de façon neutre. Vous ne devez jamais imposer vos sentiments aux participants.

Posez des questions de manière efficace

La capacité à poser des questions de manière efficace constitue une compétence essentielle pour des animateurs travaillant sur l'engagement masculin. Les questions efficaces aident un animateur à identifier les questions, à clarifier les choses, et à faire ressortir différents points de vue sur un sujet. Le questionnement efficace défie les préjugés, montre que vous êtes vraiment à l'écoute et démontre que les opinions et connaissances du groupe sont précieuses. Le questionnement efficace augmente également la participation aux discussions de groupe et encourage la résolution de problèmes.

Pour questionner de manière efficace il faut entre autre :

- Poser des questions ouvertes : Pourquoi ? Quoi ? Quand ? Où ? Qui ? Comment ?
- Relancer la discussion. Poser d'autres questions qui permettent d'approfondir la question ou le problème.
- Poser des questions plus claires en reformulant une question précédente.
- Essayer de découvrir des points de vue personnels en demandant ce que ressentent les personnes et pas seulement ce qu'elles savent.

Exercice 1 sur le questionnement

La capacité à poser des questions ouvertes ne pouvant avoir comme simple réponse « oui » ou « non » constitue une compétence importante car elle ouvre la discussion et permet de recueillir des informations. Cet exercice permet de pratiquer cette compétence.

Préparez une brève étude de cas (d'un paragraphe) au sujet d'un homme typique dans la communauté locale, décrivez sa vie, ses attitudes et son comportement. Divisez les participants en groupes de six et distribuez deux copies de l'étude de cas à chaque groupe ; expliquez-leur que personne ne doit y jeter un œil.

Expliquez que chaque groupe de six personnes doit être divisé en deux équipes (A et B) de trois personnes. Chaque équipe aura un « homme du quartier », une personne qui interroge et une autre qui observe. Demandez à chaque « homme du quartier » de lire son histoire mais de ne pas la montrer aux membres de l'équipe.

Expliquez que chaque personne qui interroge dans chaque équipe A ne peut poser que des questions fermées et que le rôle de l'observateur est de vérifier que cela est fait. La personne qui interroge dans chaque équipe B ne peut poser que des questions ouvertes et l'observateur doit assurer la surveillance.

Expliquez que les personnes qui interrogent ont cinq minutes pour obtenir le plus d'informations possibles sur l'« homme du quartier » de leur équipe.

A l'issue de la période, demandez aux personnes qui interrogent au sein des équipes A de dire au reste du groupe ce qu'elles ont appris, ensuite demandez aux personnes qui interrogent au sein des équipes B de faire la même chose. Comparez les informations recueillies par le biais des questions fermées ou ouvertes et discutez-en.

Vous pouvez effectuer n'importe laquelle des activités suivantes avec les participants pour pratiquer les compétences de questionnement :

Exercice 2 sur le questionnement

Cet exercice aide les participants à examiner un sujet en profondeur en posant des questions de suivi. Les animateurs qui travaillent sur l'engagement masculin commenceront souvent une discussion de groupe avec un certain nombre de questions en tête mais il est essentiel qu'ils soient capables de réagir de manière flexible aux réponses qu'on leur donne et qu'ils puissent poser d'autres questions pour éclaircir ces réponses.

Divisez les participants en groupes de deux. Demandez à un membre de chaque groupe de penser à une histoire ou un incident dont leur partenaire n'est pas au courant. Expliquez que leur partenaire va leur poser des questions. Leur tâche consistera à répondre à ces questions aussi brièvement que possible.

Demandez au partenaire (la personne qui interroge) d'essayer d'utiliser chacune des six questions ouvertes au moins deux fois pour en savoir plus sur l'histoire ou l'incident.

Après cinq minutes, terminez le questionnement et faites un débriefing sur la manière de relancer la discussion pour approfondir une question. Ensuite échangez les rôles et refaites l'exercice.

Exercice 3 sur le questionnement

La capacité à reformuler des questions est une compétence utile, elle permet de comprendre ce que vous demandez.

Préparez une liste de cinq questions compliquées qui peuvent être posées dans une discussion de groupe sur l'engagement masculin. Demandez à chaque personne du groupe de réfléchir à deux ou trois façons plus simples de poser ces questions.

Demandez aux participants de se regrouper par trois pour comparer leurs questions reformulées.

Faites un débriefing pour discuter de ce qu'implique la reformulation des questions et la raison pour laquelle c'est important.

Animation des discussions de groupe

Il n'y a pas une seule façon d'animer une discussion de groupe. Les styles varient selon les animateurs. Les besoins varient selon les groupes. Mais il y a des aspects communs en matière d'animation de groupe, ils figurent ci-dessous.

Établissement des règles

Il est important de fixer des « règles de base » que le groupe accepte. Assurez-vous que les règles de base soient fixées en ce qui concerne le respect, l'écoute, la confidentialité et la participation.

Engagement de tous les participants

L'implication des membres du groupe à la discussion représente une part importante de l'animation. Cela suppose que l'on prête attention à la / aux personne/s qui domine/nt les discussions et celle/s qui ne participe/nt pas. Si un participant est silencieux, essayez de l'engager en lui posant une question. Mais souvenez-vous que les personnes peuvent être silencieuses pour diverses raisons. Elles peuvent être en train de réfléchir ! Si un / une participant/e est très bavard/e, vous pouvez lui demander de laisser les autres prendre part à la discussion et ensuite demander aux autres de réagir à ce que cette personne dit.

Encouragez l'honnêteté et l'ouverture d'esprit

Encouragez les participants à être honnêtes et ouverts. Ils ne doivent pas avoir peur de discuter de questions sensibles. Encouragez les participants à exprimer honnêtement ce qu'ils pensent et ressentent, plutôt que de dire ce qu'il a l'impression que l'animateur / animatrice ou d'autres participants veulent entendre.

Faites en sorte que le groupe reste concentré

Il est important d'aider le groupe à rester concentré sur les questions examinées. S'il semble que la discussion s'égaré du sujet, rappelez les objectifs de l'activité au groupe et faites en sorte qu'il revienne au sujet.

Vérifier

Faites régulièrement des vérifications. Les vérifications surviennent au début de chaque session. C'est à cette occasion que vous devez demander aux participants :

- Comment ça va depuis la dernière fois que nous nous sommes vus ?
- Est-ce qu'il y a du nouveau ?
- Avez-vous parlé avec quelqu'un sur les questions que nous avons évoquées durant notre dernière session ?

Si des sujets importants sont soulevés, ne soyez pas trop stricte par rapport au programme prévu. Prévoyez du temps pour évoquer ces questions.

Gestion du conflit

Parce qu'un atelier sur l'engagement masculin examine des questions sensibles et des problèmes complexes, il se peut qu'il y ait des désaccords entre vous et un participant ou entre participants. En général, les gens ont des points de vue très fermes sur le genre et la sexualité. Cela signifie qu'un désaccord peut déboucher sur un conflit. Le désaccord est salutaire et il doit être accepté. C'est souvent grâce au désaccord que nous comprenons mieux nos réflexions et sentiments.

Mais le conflit n'est pas sain. Il détourne l'attention par rapport aux objectifs d'apprentissage du travail d'engagement masculin. Le conflit absorbe toute l'énergie qui pourrait être consacrée à l'exploration des problèmes, car l'énergie est concentrée sur la défense des positions. La gestion d'un tel conflit est une tâche importante pour les animateurs. Une des meilleures façons de faire à face à un participant qui vous défie est de transformer le défi en question de manière à ce que le groupe dans son ensemble ou le participant lui-même y réponde.

Gérer les personnes difficiles

Comme les exercices l'ont fait comprendre, les personnes assument souvent certains rôles au sein des groupes, parfois au détriment de l'apprentissage pendant l'atelier. L'animation d'une discussion de groupe peut impliquer de faire face à une personne négative ou turbulente qui ne cesse d'interrompre la discussion. Un bon moyen de gérer les personnes difficiles est de rappeler les règles de base au groupe et de donner à chaque participant la responsabilité de les mettre en application.

Si une personne se plaint tout le temps, vous pouvez demander des précisions, gérer la plainte ou en faire part au groupe. Si un participant est turbulent, vous pouvez impliquer le groupe en le priant de demander à la personne turbulente d'apporter son aide plutôt que d'entraver le groupe, ou vous pouvez prendre cette personne à part pour lui parler.

Parvenir à un accord

Il ne sera pas toujours possible de parvenir à un accord. Mais de bons animateurs mettront en évidence des points d'accord au sein du groupe, de même que les points de désaccord qui nécessitent une discussion approfondie. Les animateurs doivent également résumer les principaux points de discussion et les points d'action qui ont été acceptés, et remercier le groupe de sa contribution à l'atelier.

Vous pouvez utiliser n'importe laquelle des activités suivantes pour que les participants pratiquent les compétences d'animation.

Exercice d'animation 1

Il se peut que l'expérience antérieure des élèves animateurs EM avec les groupes soit bien plus axée sur la présentation que sur l'animation. Ils peuvent être plus habitués à donner des informations qu'à animer une discussion. Cet exercice examine les différences majeures entre le rôle d'animateur / animatrice et celui de présentateur / présentatrice.

Divisez les participants en deux groupes. Demandez au premier groupe d'examiner les réponses pour compléter la phrase, « Un/e bon/ne présentateur / presentatrice est capable de... ». Demandez au second groupe de passer en revue les réponses pour compléter la phrase, « Un/e bon/ne présentateur / presentatrice est capable de... »

Rassemblez tous les groupes et comparez les réponses. Faites un débriefing en dressant une liste des compétences d'un/e bon/ne animateur / animatrice.

Exercice d'animation 2

En groupe, les personnes jouent souvent différents rôles, tels que celui du membre silencieux, du leader, du blagueur, de celui qui interrompt, de celui qui distrait le groupe etc.... Un/e bon/ne animateur / animatrice est conscient/e des rôles de chacun et capable de travailler avec tous pour s'assurer que les objectifs de la discussion soient atteints.

Passez en revue une liste des rôles que les personnes peuvent jouer durant une discussion de groupe.

Évoquez les raisons pour lesquelles les personnes jouent différents rôles au sein d'un groupe. Discutez de l'importance de facteurs tels que l'âge, le genre, le statut social / économique et l'ethnicité par rapport aux rôles joués par les personnes. Évoquez les compétences dont les animateurs ont besoin pour travailler avec des personnes jouant ces différents rôles.

Écrivez chaque rôle sur une carte séparée pour les utiliser au cours du prochain exercice.

Exercice d'animation 3

Pour reconnaître le rôle que joue une personne, les bons animateurs doivent prêter attention au langage du corps. Cet exercice aide les animateurs à reconnaître les rôles joués.

Distribuez les cartes de rôles aux membres du groupe et demandez-leur de ne pas révéler leurs rôles. Demandez à chaque personne de penser à la manière de jouer leur rôle sans parler, en utilisant simplement le langage du corps. Expliquez que lorsque le jeu de rôle commence, il doit se faire silencieusement.

Demandez à un/e volontaire de jouer le rôle de l'animateur / animatrice. Demandez au / à la volontaire de prendre sa position au sein du groupe et ensuite commencez le jeu de rôle silencieux. La tâche de l'animateur / animatrice est de deviner qui joue ce rôle. Si cela s'avère difficile, faites venir un/e autre animateur / animatrice.

Faites un débriefing en discutant les indices les plus importants du langage corporel. Évoquez les différentes manières dont les bons animateurs peuvent lire le langage du corps et aider les personnes à transformer leurs rôles afin d'animer la discussion de groupe.

Gérer les situations difficiles

Le manuel d'engagement masculin traite divers sujets qui sont très sensibles et dont il est difficile de parler. Les activités de ce guide exposent des façons de parler ouvertement de ces sujets dans le cadre d'un groupe. Mais il est probable que les animateurs d'engagement masculin aient à s'adresser à des participants qui expriment des points de vue en désaccord avec les positions et les valeurs du programme. Il peut s'agir de propos sexistes ou homophobes, de remarques ou d'opinions racistes. Chacun a le droit d'exprimer ses opinions, mais pas de s'en servir pour opprimer les autres.

Par exemple, un participant peut dire : « *Si une femme se fait violer, c'est parce qu'elle l'a demandé. L'homme qui l'a violée ne doit pas être blâmé.* » Il est important que les animateurs d'engagement masculin défient de telles opinions et offrent un point de vue qui reflète la philosophie du programme. Cela peut s'avérer difficile mais reste essentiel pour aider les participants à travailler en vue d'un changement positif. Le processus suivant peut aider à gérer ce type de situation.

Étape 1 : Demandez des explications

« *J'apprécie le fait que vous nous fassiez part de votre opinion. Pouvez-vous dire pourquoi vous pensez de la sorte ?* »

Étape 2 : Essayez d'obtenir une opinion différente

« *Merci. Donc au moins une personne pense de cette façon, mais d'autres non. Que pensent les autres ? Qui a une opinion différente ?* »

Étape 3 : S'il n'y a pas d'opinion différente, donnez-en une

« *Je sais que beaucoup de personnes ne sont absolument pas d'accord avec cette affirmation. La plupart des hommes et des femmes que je connais pensent que la seule personne à blâmer pour un viol, c'est le violeur. Chaque individu a la responsabilité de respecter le droit d'une autre personne de dire 'non'.* »

Étape 4 : Donnez des faits pour soutenir un point de vue différent

« *Les faits sont clairs. La loi stipule que tout individu a le droit de refuser l'activité sexuelle. Quels que soient la tenue vestimentaire et le comportement d'une femme, celle-ci a le droit de ne pas être violée. Le violeur est la seule personne à blâmer.* »

Veuillez noter que même après que les animateurs ont suivi ces quatre étapes pour répondre à une affirmation problématique, il est très improbable que les participants changent ouvertement d'opinion. Cependant, en remettant en cause l'affirmation, les animateurs ont donné un point de vue différent que les participants seront davantage susceptibles de prendre en compte et d'adopter plus tard, comme cela est souhaité.

Les animateurs doivent également être capables de faire des présentations sur un certain nombre de sujets et questions durant l'atelier sur l'engagement masculin. Voici des conseils pratiques d'ordre général à suivre lors d'une présentation à un groupe :

- Entraînez-vous à faire la présentation au préalable.
- Ne restez pas derrière votre pupitre ou votre bureau et avancez vers l'auditoire.
- Regardez et écoutez la personne qui pose une question.
- Prenez conscience des sensibilités de votre auditoire.
- Utilisez l'humour mais n'attendez pas les rires.
- Ne faites jamais de présentation générique. Essayez de l'adapter au groupe car il peut y avoir diverses manières de traiter le même sujet.

E. Gérer la révélation de la séropositivité

Introduction

La croissance du nombre de personnes infectées à avoir subi le test de dépistage du VIH signifie désormais que beaucoup plus de personnes participant aux ateliers sur l'EM savent qu'elles sont séropositives. Cela implique que la révélation de l'état sérologique au sein de l'atelier est un sujet plus important qu'auparavant.

Les préjugés associés au VIH et au SIDA et la discrimination à l'égard des personnes qui vivent avec ces conditions sont un problème majeur dans plusieurs pays. Les coûts de la révélation de la séropositivité restent élevés. Certaines personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA ont perdu leur emploi, leurs amis et même la protection de leurs familles lorsque leur séropositivité a été révélée. D'autres ont été tuées.

Une des composantes cruciales de la formation des animateurs se consacrant à l'engagement masculin est de les aider à gérer les défis émotionnels et pratiques entraînés par la révélation de la séropositivité durant un atelier sur l'engagement masculin. Les points suivants peuvent servir de guide pour la gestion d'une telle révélation.

Créer le bon environnement

La première tâche de tous les animateurs est de créer un environnement sain et d'un grand soutien dans le cadre de l'atelier. Cela permettra aux participants de choisir de révéler leur état sérologique s'ils le souhaitent. Pour créer un tel environnement, il faut inviter les participants à une telle divulgation. Cela devrait explicitement encourager la participation des personnes vivant avec le VIH et le SIDA. Les règles de base seront essentielles pour créer cet environnement, et les animateurs joueront un rôle important en faisant appliquer ces règles.

Apporter du soutien

Certains participants peuvent choisir de révéler leur situation car ils veulent avoir le soutien du groupe ou du programme d'engagement masculin. De nombreuses personnes vivant avec le SIDA se sentent isolées et ont peur de révéler leur séropositivité à leurs proches, par crainte d'être rejetées. La révélation d'une telle information est une manière de mettre un terme à l'isolement et de faire en sorte que les personnes vivant avec le SIDA racontent leur histoire. Il est possible qu'il n'y ait pas assez de temps dans le programme chargé d'un atelier d'EM pour laisser parler les participants sur leur expérience du VIH et du SIDA. Mais il est important de les encourager à parler brièvement de leurs histoires personnelles et de donner la possibilité d'avoir un débat après l'atelier.

Gérer la crise

Certains participants peuvent révéler leur état sérologique car ils vivent une situation de crise et ont besoin d'une aide urgente. La tâche des animateurs qui se consacrent à l'engagement masculin, dans ce cas, est d'évaluer l'urgence de l'aide nécessaire et l'endroit où les participants doivent se rendre pour obtenir cette aide. Comme noté précédemment, il est vraiment important que les animateurs d'ateliers EM connaissent les services de soutien disponibles dans la région. Dans une situation de crise, les animateurs peuvent prendre le temps durant une pause, ou dans des cas plus graves, durant l'atelier pour gérer le problème. Cela implique évaluer la situation des participants, les aiguiller vers un service particulier, voire les amener directement au service.

Révélation de soi

Certains animateurs se consacrant à l'EM peuvent savoir qu'ils sont séropositifs. Ces animateurs doivent décider à l'avance à quel moment il serait utile pour les objectifs d'apprentissage de l'atelier de révéler leur situation.

Polycopié 1 :

Apprentissage adulte

Les adultes (les jeunes et plus âgés) ont des modes d'apprentissage différents de ceux des enfants. Le tableau ci-dessous définit les principales différences.

Enfants	Adultes
<ul style="list-style-type: none"> • Dépendent des autres pour décider de ce qu'il faut apprendre 	<ul style="list-style-type: none"> • Décident eux-mêmes de l'importance de ce qu'il faut apprendre
<ul style="list-style-type: none"> • Prennent les informations présentées au pied de la lettre 	<ul style="list-style-type: none"> • Ont besoin de valider les informations en fonction de leurs croyances et expériences
<ul style="list-style-type: none"> • S'attendent à l'utilité à long terme de ce qu'ils apprennent 	<ul style="list-style-type: none"> • S'attendent à l'utilité immédiate de ce qu'ils apprennent
<ul style="list-style-type: none"> • Ont peu ou pas d'expérience sur laquelle s'appuyer ; ils partent de zéro 	<ul style="list-style-type: none"> • Ont une longue expérience sur laquelle s'appuyer ; ils peuvent avoir des idées arrêtées
<ul style="list-style-type: none"> • Ont peu de compétences pour assister les enseignants ou des camarades de classe 	<ul style="list-style-type: none"> • Ont des compétences importantes pour aider les formateurs et les coparticipants

Principes d'apprentissage pour adultes :

- Les adultes veulent savoir pourquoi ils devraient apprendre quelque chose.
- Les adultes veulent s'auto-diriger.
- Les adultes veulent se servir de l'expérience durant l'apprentissage.
- Les adultes sont prêts à apprendre lorsqu'ils ont besoin de savoir quelque chose.
- Les adultes préfèrent une approche de l'apprentissage qui s'appuie sur les tâches.

Comment créer un environnement d'apprentissage positif pour les adultes :

Donnez du temps pour les pauses. Les personnes ne peuvent pas se concentrer trop longtemps, surtout lorsqu'elles ne sont pas à l'aise ou ont l'esprit occupé. Les pauses contribuent à la concentration.

Donnez la priorité aux informations les plus importantes. Les personnes se souviennent mieux du début et de la fin des événements que de ce qui s'est passé entre les deux. Par conséquent, présentez le plus d'informations possibles au début et résumez-les à la fin.

Établissez des liens. Les personnes se souviennent mieux des informations lorsqu'elles sont liées à quelque chose. Par conséquent, tâchez d'établir des liens entre la théorie et la pratique. Par exemple, après avoir discuté de la théorie des rôles des genres, organisez une activité qui lie cette théorie à des situations réelles.

Soyez original(e). Les personnes se souviennent de choses qui sont extravagantes, inhabituelles ou inattendues. Ayez donc recours à l'humour, aux jeux, aux chansons, à la poésie... – à tout ce qui peut susciter l'intérêt et l'attention.

Répétez les informations. Les gens retiennent les informations lorsqu'elles sont répétées plusieurs fois. Par conséquent, réexaminez et rappelez aux participants les points clés de l'apprentissage durant un atelier consacré aux hommes comme partenaires (MAP).

Utilisez les mots et concepts clés. Chaque activité figurant dans ce manuel comprend un certain nombre de points d'apprentissage clés écrits en caractère gras.

Échantillons de programmes

Les programmes suivants sont des échantillons qui s'appuient sur le nombre de jours ou de sessions que vous souhaitez couvrir avec les participants. (Le manuel est conçu de telle sorte que vous puissiez extraire les sessions que vous utiliserez avec les participants.) Vous devriez sélectionner les sessions en fonction des besoins de votre programme et du niveau de connaissance des participants sur les différents sujets. Par exemple, si les participants maîtrisent bien les questions de genre, mais ont besoin de plus de connaissances et de développement des compétences liées à la violence fondée sur le genre, vous pouvez retirer les sessions sur le genre et rajouter plus d'activités liées à la violence fondée sur le genre. Vous pouvez également réduire le nombre de sessions à moins de sept par jour.

Comme évoqué précédemment, en fonction du contexte de votre programme et du temps dont disposent les participants et les animateurs, ces sessions peuvent avoir lieu durant plusieurs jours d'affilée, ou sur le long terme. Si vous animez ce programme sur le long terme, il est important de ne pas laisser trop de temps s'écouler entre les sessions. Il est idéal d'avoir au moins une session par semaine.

Échantillon de programme : deux jours ou 14 Sessions

JOUR 1 :

8h30–9h15	Bienvenue et présentations
9h15–9h30	Examen du programme et des objectifs de l'atelier
9h30–10h00	Activité : <i>Examiner nos attitudes</i>
10h00–10h15	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h15–11h00	Activité : <i>Apprendre sur le genre</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Agir comme un homme</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Comprendre la sexualité</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Liens entre les risques d'abus de l'alcool et le VIH</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Prendre des risques / affronter les risques</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Partenaires sexuels multiples, différence d'âge, et commerce sexuel</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 2 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Alphabets de la prévention</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Faire le test de dépistage du VIH</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Vie positive</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Qu'est-ce que la violence ?</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Nouveaux types de courage</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 1</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 2</i>
17h20–17h30	Récapitulation

Échantillon de programme : trois jours ou 21 sessions

JOUR 1 :

8h30–9h15	Bienvenue et présentations
9h15–9h30	Examen du programme et des objectifs de l'atelier
9h30–10h00	Activité : <i>Examiner nos attitudes</i>
10h00–10h15	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h15–11h00	Activité : <i>Apprentissage sur le genre</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Agir comme un homme</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Les personnes et les choses</i>
13h00–14h00	PAUSE CAFÉ / THÉ
14h00–15h00	Activité : <i>Comprendre la sexualité</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Brainstorming sur le plaisir</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Prendre soin de soi : hommes, genre et santé</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 2 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Il s'agit de définir le / la partenaire idéal/le</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Liens entre les risques d'abus de l'alcool et le VIH</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Partenaires sexuels multiples, différence d'âge, et commerce sexuel</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Alphabets de la prévention</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Définir l'abstinence</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Prévention de la transmission du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Faire le test de dépistage du VIH</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 3 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Vie positive</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Qu'est-ce que la violence ?</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Que faire lorsque je suis en colère ?</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Comprendre le cycle de violence</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Nouveaux types de courage</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 1</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 2</i>
17h20–17h30	Récapitulation

Échantillon de programme : quatre jours ou 28 sessions

JOUR 1 :

8h30–9h15	Bienvenue et présentations
9h15–9h30	Examen du programme et des objectifs de l'atelier
9h30–10h00	Activité : <i>Examiner nos attitudes</i>
10h00–10h15	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h15–11h00	Activité : <i>Apprentissage sur le genre</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Agir comme un homme</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Les personnes et les choses</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Comprendre la sexualité</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Prendre soin de soi : hommes, genre et santé</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Exprimer mes émotions</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 2 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Prendre des risques / affronter les risques</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Brainstorming sur le plaisir</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Il s'agit de définir le / la partenaire idéal/le</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Liens entre le risques de l'abus d'alcool et le VIH</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Partenaires sexuels multiples, différence d'âge, et commerce sexuel</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Alphabets de la prévention</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Définir l'abstinence</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 3 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Prévention de la transmission du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Faire le test de dépistage du VIH</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Vie positive</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Les hommes qui vivent de façon positive</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Rôles de genre : division des tâches et des soins apportés aux enfants à la maison</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Penser à la paternité</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Qu'est-ce que la violence ?</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 4 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Que faire lorsque je suis en colère</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Comprendre le cycle de violence</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Classer</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Nouveaux types de courage</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Ne restez pas en retrait : Agissez !</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 1</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 2</i>
17h20–17h30	Récapitulation

Échantillon de programme : cinq jours ou 35 sessions

JOUR 1 :

8h30–9h15	Bienvenue et présentations
9h15–9h30	Examen du programme et des objectifs de l'atelier
9h30–10h00	Activité : <i>Examiner nos attitudes</i>
10h00–10h15	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h15–11h00	Activité : <i>Apprentissage sur le genre</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Agir comme un homme</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Les personnes et les choses</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Comprendre la sexualité</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Prendre soin de soi : hommes, genre et santé</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Exprimer mes émotions</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 2 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Prendre des risques / affronter les risques</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Brainstorming sur le plaisir</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Il s'agit de définir le / la partenaire idéal/le</i>
12h00–3h00	Activité : <i>Liens entre les risques de l'abus d'alcool et le VIH</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–5h00	Activité : <i>Plaisirs et risques</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Positif ou négatif</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Niveaux de risque du VIH</i>
17h20–17h30	Récapitulation

JOUR 3 :

- 8h30–8h50 Mise en route
- 8h50–9h50 *Activité : Partenaires sexuels multiples, différence d'âge, et commerce sexuel*
- 9h50–10h05 PAUSE CAFÉ / THÉ
- 10h05–11h00 *Activité : Alphabets de la prévention*
- 11h00–12h00 *Activité : Définir l'abstinence*
- 12h00–13h00 *Activité : Prévention de la transmission du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants*
- 13h00–14h00 DÉJEUNER CAFÉ / THÉ
- 14h00–15h00 *Activité : Faire le test de dépistage du VIH*
- 15h00–16h00 *Activité : Circoncision masculine comme stratégie de prévention du VIH*
- 16h00–16h20 PAUSE CAFÉ / THÉ
- 17h20–17h20 *Activité : Rôles de genre : division des tâches et des soins apportés aux enfants à la maison*
- 17h20–17h30 Récapitulation

JOUR 4 :

- 8h30–8h50 Mise en route
- 8h50–9h50 *Activité : Penser à la paternité*
- 9h50–10h05 PAUSE CAFÉ / THÉ
- 10h05–11h00 *Activité : Qu'est-ce que la violence ?*
- 11h00–12h00 *Activité : Violence sexuelle dans la routine quotidienne*
- 12h00–13h00 *Activité : Consentement sexuel*
- 13h00–14h00 DÉJEUNER
- 14h00–15h00 *Activité : Que faire lorsque je suis en colère*
- 15h00–16h00 *Activité : Comprendre le cycle de violence*
- 16h00–16h20 PAUSE CAFÉ / THÉ
- 16h20–17h20 *Activité : De la violence au respect dans les relations intimes*
- 17h20–17h30 Récapitulation

JOUR 5 :

8h30–8h50	Mise en route
8h50–9h50	Activité : <i>Réduire l'impact de la violence dans nos communautés</i>
9h50–10h05	PAUSE CAFÉ / THÉ
10h05–11h00	Activité : <i>Nouveaux types de courage</i>
11h00–12h00	Activité : <i>Ne restez pas en retrait : Agissez !</i>
12h00–13h00	Activité : <i>Le rôle des hommes dans la promotion de la santé</i>
13h00–14h00	DÉJEUNER
14h00–15h00	Activité : <i>Les hommes qui s'entraident à assumer leurs responsabilités</i>
15h00–16h00	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 1</i>
16h00–16h20	PAUSE CAFÉ / THÉ
16h20–17h20	Activité : <i>Faire des changements dans nos vies et nos communautés, partie 2</i>
17h20–17h30	Récapitulation

Activité introductive : bâton de parole

Objectif

1. Encourager le dialogue fondé sur le respect et établir les règles de base pour les sessions de groupe.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes et groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : faibles

Durée

40 minutes

Supports

- Bâton (de préférence un bâton de bois)
- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Notes de l'animateur

Cette session doit inclure une présentation générale des sujets à traiter lors de futures sessions.

L'histoire du bâton de parole

L'idée du bâton de parole a commencé avec les Indiens d'Amérique du Nord qui l'utilisaient à l'occasion de cérémonies. Les groupes d'hommes de la tribu s'asseyaient en cercle à la fin de la journée pour débattre des désaccords. Les Indiens les plus âgés transmettaient les informations et les traditions orales aux jeunes générations. Le bâton de parole représente le pouvoir du chef de tribu. Lorsqu'il avait le bâton, cela signifiait que les autres devaient rester silencieux et devaient l'écouter. Lorsqu'un autre homme voulait parler, il demandait la permission de prendre le bâton. Il était à ce moment-là autorisé à prendre la parole. D'un point de vue symbolique, la transmission du bâton signifiait la passation du pouvoir et du droit d'être entendu.

Dans de nombreux cas, le bâton peut également être utilisé comme une arme. Souvent une massue ou un morceau de bois lourd, le bâton peut permettre de défendre ou d'attaquer une personne ou un animal. La personne qui tient le bâton possède une arme éventuelle. Les relations et discussions de groupe ont un pouvoir similaire : à travers nos mots et nos corps, nous pouvons faire preuve de respect ou nous pouvons offenser quelqu'un. La capacité à s'exprimer peut contribuer à unir les gens ou les offenser. De même, la main qui caresse ou étreint peut également heurter. Le bâton de parole peut être utilisé par le groupe comme symbole de coopération ou comme arme.

L'objectif du bâton de parole est de promouvoir la compréhension et le dialogue et de répartir le pouvoir. Chaque membre du groupe a le droit de demander le bâton et doit respecter la personne qui le tient, en prenant soin d'attendre qu'elle finisse de parler. Et chaque personne qui tient le bâton doit également être prête à l'abandonner.

Cette activité a été initialement utilisée auprès d'un groupe de jeunes hommes avec lesquels Promundo travaille dans une zone défavorisée de Rio de Janeiro au Brésil. Lorsque Promundo a commencé à travailler avec les jeunes hommes, ces derniers n'étaient pas habitués à attendre leur tour pour parler et ils ne respectaient pas la personne qui parlait, que ce soit un/e adulte ou un autre jeune homme. La conversation ou discussion entre eux donnait parfois lieu à des menaces de recours à la force, bien que sans enthousiasme, de même que des critiques ou insultes. Avec l'activité du bâton de parole, Promundo a observé un changement frappant dans les attitudes lors des réunions de groupe. Ils ont commencé à s'écouter, et les jeunes hommes eux-mêmes ont commencé à insister sur l'utilisation du bâton de parole et le respect des règles. Après un certain temps (plus de six mois), Promundo a cessé d'utiliser le bâton car la pratique de l'écoute et du respect de la prise de parole à tour de rôle avait été intégrée par le groupe.

Dans de nombreux contextes, Promundo a fait usage du bâton de parole utilisé par les groupes indigènes. S'il n'y en a pas, vous pouvez improviser. On peut avoir recours à une canne, une batte de base-ball, un rouleau à pâtisserie ou un bâton de bois ou de métal. Même un manche à balais peut servir. Bien qu'il soit préférable d'avoir un vrai bâton de parole ou un bâton cérémonial, c'est surtout la signification donnée au bâton qui importe. Le groupe peut également créer son propre bâton, sur lequel les membres écriront ou peindront leur nom ou celui du groupe.

« La patience relevait en grande partie de la culture... Et c'est la raison pour laquelle je trouve parfois très difficile de comprendre les dictateurs Africains d'aujourd'hui car dans les sociétés africaines traditionnelles, l'usage était de discuter. Ils parlaient et parlaient – vous savez, la tradition de la palabre, vous allez sous un arbre et vous parlez. Si vous ne parvenez pas à régler le problème, vous vous réunissez le jour suivant et vous continuez à parler jusqu'à ce que vous trouviez une solution... » — Kofi Annan.

Étapes

1. Demandez aux participants de s'asseoir en cercle.
2. En tenant le bâton devant vous, racontez l'histoire et les règles du bâton de parole.
3. Faites passer le bâton dans le groupe et demandez à chaque participant d'exprimer brièvement un espoir et une crainte par rapport aux ateliers. Ils doivent être encouragés à dire, « J'espère que... » et ensuite, « J'ai peur que ... ». Chacun doit avoir la possibilité de tenir le bâton de parole.
4. Lorsque vous récupérez le bâton de parole, demandez aux participants de penser à d'autres règles pour la coexistence ou le fonctionnement pacifique du groupe. Les participants qui souhaitent s'exprimer doivent vous demander le bâton. Le participant suivant doit s'adresser à la personne qui a le bâton à ce moment-là et le lui demander, et ainsi de suite. Le bâton ne doit pas être retourné à l'animateur / animatrice à chaque fois. Il doit être transmis directement d'un membre du groupe à un autre, ce qui leur permet de contrôler la discussion. Lorsque vous, en tant qu'animateur / animatrice, souhaitez parler, vous devez demander le bâton à la personne qui l'a.
5. Écrivez les règles que les participants suggèrent sur le Tableau à feuilles et demandez si chacun comprend et est d'accord.
6. Demandez aux participants s'ils ont aimé utiliser le bâton de parole et s'ils voudraient continuer à l'utiliser. Pour certains groupes, l'activité du bâton de parole peut sembler trop rigide et ne peut être utilisée que pour une session. Dans d'autres groupes, il peut être utilisé pendant les autres activités ou de temps en temps.

Clôture

Encouragez les participants à essayer de suivre les règles de base qu'ils ont établies lors de cet atelier et de se les rappeler mutuellement.

1. Genre et pouvoir

1.1 Examiner nos attitudes

Objectif

1. Explorer les attitudes relatives aux différences en matière de genre, de rôle et d'inégalités.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : masculin ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : faibles

Durée

45 minutes

Supports

- Quatre affiches (« Tout à fait d'accord », « Absolument pas d'accord », « D'accord » et « Pas d'accord »)
- Marqueurs
- Ruban adhésif

Préparation

Avant que l'activité ne commence, placez les quatre affiches autour de la salle. Laissez suffisamment d'espace entre elles pour permettre aux participants de se mettre près de chaque affiche. Passez en revue les affirmations fournies ci-dessus. Choisissez cinq ou six qui d'après vous seront les plus utiles pour cette discussion.

Affirmations

- Il est plus facile d'être un homme qu'une femme.
- Quand une femme est enceinte, la prévention de la transmission du VIH à son enfant relève de sa responsabilité, étant donné qu'elle porte l'enfant.
- Un homme est vraiment un « homme » s'il a plusieurs partenaires sexuels.
- Le sexe est plus important pour les hommes que pour les femmes.
- Ce n'est pas un problème si un homme a des rapports sexuels en dehors de son couple si son partenaire n'est pas au courant.
- Une femme qui a un préservatif dans son sac-à-main est une « femme facile ».
- Les hommes sont plus intelligents que les femmes.
- Les femmes qui portent des tenues osées font de la provocation pour être violées.
- L'homosexualité représente quelque chose de naturel et normal.

Notes de l'animateur

Si tout les participants sont d'accord avec une des affirmations, jouez le rôle de « l'avocat du diable » en avançant vers le côté opposé de la salle et en demandant, « Pourquoi une personne se mettrait-elle de ce côté de la salle ? » (Autrement dit, quelles valeurs les pousseraient à se mettre là ?)

Certains participants peuvent dire qu'ils ne savent pas s'ils sont d'accord ou non et qu'ils ne souhaitent pas se mettre à côté d'une de ces affiches. Si cela arrive, demandez à ces participants d'en dire plus sur leurs réactions par rapport à l'affirmation en question. Ensuite encouragez-les à choisir une affiche à côté de laquelle ils souhaitent se mettre. S'ils maintiennent leur refus, laissez ces participants se mettre au milieu de la salle en tant que groupe « ne sait pas ».

Étapes

1. Expliquez aux participants que cette activité a pour but de leur donner une compréhension globale de leurs propres valeurs et attitudes et de celles des autres par rapport aux questions de genre. Elle vise à remettre en question certaines des opinions actuelles sur les thèmes relatifs au genre et à les aider à clarifier leurs sentiments en ce qui concerne certains sujets. Rappelez aux participants que chacun a le droit d'avoir son opinion et que celle-ci doit être respectée.
2. Lisez à haute voix la première affirmation que vous avez choisie. Demandez aux participants de se mettre à côté de l'affiche qui représente ce qu'ils pensent sur cette affirmation. Une fois que les participants se sont déplacés vers leur affiche, demandez à un ou deux participants à côté de chaque affiche d'expliquer pourquoi ils l'ont choisie. Demandez-leur de dire pourquoi ils ressentent cela à propos de cette affirmation.
3. Une fois que quelques participants ont parlé de leurs attitudes vis-à-vis de l'affirmation, demandez si quelqu'un souhaite changer d'avis et se déplacer vers une autre affiche. Ensuite, rassemblez tout le monde au milieu de la salle et lisez l'affiche suivante.
4. Renouvelez les étapes 2 et 3. Continuez avec chacune des affirmations que vous avez choisies.
5. Après avoir lu l'ensemble des affirmations, lancez une discussion en posant les questions suivantes :
 - Quelles affirmations ont suscité chez vous des avis très tranchés et des avis modérés ? Pourquoi ?
 - Quels sont les avantages procurés aux hommes par l'égalité des genres ?
 - Qu'avez-vous ressenti à l'idée de parler d'une opinion différente de certaines des autres participants ?
 - D'après vous, comment les attitudes des personnes par rapport à ces affirmations peuvent-elles avoir un impact sur leur manière de gérer leurs relations avec les hommes et les femmes dans leur vie privée ?
 - D'après vous, comment les attitudes des personnes vis-à-vis de ces affirmations contribuent-elles ou non à réduire la propagation du VIH et du SIDA ?
6. Terminez l'activité en rappelant aux participants l'importance de réfléchir sur leurs propres attitudes vis-à-vis du genre. Encouragez les personnes à continuer de défier leurs propres valeurs et croyances personnelles à propos du genre tout au long de l'atelier et au-delà.

Clôture

Chacun a ses propres attitudes vis-à-vis du genre. Nos attitudes sont souvent en conflit avec celles d'autres personnes. Il est important de respecter les attitudes d'autrui à l'égard du genre, mais également de les remettre en question si ces attitudes et valeurs s'avèrent néfastes pour eux et pour les autres. Au fil de votre travail sur le genre, il est tout aussi important de remettre en question vos propres valeurs et croyances personnelles concernant les questions de genre.

1.2 Apprentissage sur le genre

Objectifs

1. Comprendre la différence entre les termes « sexe » et « genre ».
2. Comprendre les termes « équité des genres » et « égalité des genres ».

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : faible ;
Ressources : moyennes

Durée

45 à 60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 2 : [Le jeu de genre](#) pour l'ensemble des participants
- Fiche de ressources 1 : [Réponse au jeu de genre](#)

Étapes

1. Expliquez que cette séance aidera à clarifier une partie de la terminologie que nous utiliserons durant l'atelier. Cela nous permettra également de comprendre ce que ces termes signifient dans nos propres vies.
2. Demandez aux participants s'ils peuvent expliquer la différence entre le « sexe » et le « genre ». Après avoir obtenu des réponses de la part du groupe, donnez les définitions suivantes :
 - **Le sexe** fait référence aux attributs physiques permettant d'identifier une personne comme étant un homme ou une femme.
 - **Le genre** fait référence aux idées et attentes largement partagées en ce qui concerne les femmes et les hommes. Il s'agit des caractéristiques et capacités typiquement féminines et masculines, tout comme des attentes partagées sur la manière dont les femmes et les hommes doivent agir dans diverses situations.
3. Distribuez le polycopié et demandez aux participants d'indiquer si les affirmations font référence au « sexe » ou au « genre ». Après avoir donné la possibilité aux participants de lire et répondre eux-mêmes aux affirmations, évoquez chacune des réponses avec le groupe dans son ensemble.
4. Expliquez qu'il y a divers termes liés au mot « genre » qui devront également être expliqués. Demandez aux membres du groupe s'ils ont déjà entendu le terme « égalité des genres ». Demandez-leur ce que cela signifie d'après eux. Accordez suffisamment de temps pour permettre une discussion.
5. Après avoir obtenu leurs commentaires, donnez la définition suivante :
 - **L'égalité des genres** signifie que les hommes et les femmes jouissent du même statut. Ils bénéficient des mêmes opportunités pour atteindre leurs objectifs en matière de droits humains et leur potentiel afin de contribuer et tirer profit de toutes les sphères de la société (économiques, politiques, sociales et culturelles).

6. Demandez aux membres du groupe si la définition est logique. Permettez-leur de poser des questions sur cette définition.
7. Demandez aux membres du groupe d'évoquer le fait que l'égalité des genres existe ou non dans leur pays. Pendant que les membres du groupe discutent sur ce point, écrivez les affirmations qui expliquent pourquoi les femmes ne jouissent pas d'un statut égal à celui des hommes dans toutes les sphères de la société. Assurez-vous d'inclure certains des points suivants s'ils ne sont pas mentionnés par les membres du groupe :
 - Dans de nombreux pays, les femmes sont plus susceptibles que les hommes de subir la violence sexuelle et domestique.
 - Les hommes sont mieux payés que les femmes pour le même travail (dans la plupart de cas).
 - Les hommes occupent davantage de postes à responsabilité dans le secteur des affaires.
 - Les femmes portent le fardeau de l'épidémie du SIDA, à la fois en termes du nombre total d'infections et de soin mais aussi de soutien apporté aux personnes vivant avec le VIH.
8. Demandez aux participants s'ils ont déjà entendu le terme « équité des genres ». Demandez-leur ce qu'il signifie d'après eux, et en quoi il diffère du terme d'égalité des genres. Accordez suffisamment de temps pour permettre une discussion. Après avoir obtenu les commentaires des participants, donnez la définition suivante :
9. **L'équité des genres** se réfère au fait d'être juste à l'égard des hommes et des femmes. L'équité des genres conduit à l'égalité des genres. A titre d'exemple, une politique de discrimination positive qui promeut un soutien accru pour les entreprises appartenant aux femmes peut être équitable à l'égard des genres car elle a pour conséquence d'assurer des droits égaux entre hommes et femmes. Après avoir clarifié les définitions de l'égalité des genres et de l'équité des genres, posez les questions suivantes aux membres du groupe :
 - Pourquoi les hommes devraient-ils oeuvrer pour l'égalité des genres ?
 - Quels avantages l'égalité des genres apporte-t-elle à la vie des hommes ?
 - En quoi l'inéquité des genres contribue-t-elle à l'infection par le VIH ?
 - Comment l'équité des genres peut-elle contribuer à la prévention du VIH ?
10. Demandez aux participants d'identifier les actions équitables pour les genres que les hommes peuvent entreprendre afin de contribuer à l'égalité des genres.

Clôture

Un des buts majeurs d'un programme d'engagement masculin est d'encourager les communautés à être plus attentives aux questions de genre, de façon à ce que les hommes et les femmes puissent mener une vie plus saines et heureuses mais aussi de manière à prévenir l'infection par le VIH. Afin d'atteindre ce but, nous devons encourager les comportements équitables pour les genres tels que la prise de décision conjointe par les hommes et les femmes concernant leur santé, le respect par les hommes du refus des femmes d'avoir des relations sexuelles, le règlement de problèmes par les hommes et les femmes sans recourir à la violence, et le partage des responsabilités parentales et des soins apportés à autrui par les hommes et les femmes.

Polycopié 2 :

Le jeu des genres

Le jeu des genres

Dites si l'affirmation fait référence au genre ou au sexe.

Genre	Sexe	
		1. Les femmes donnent naissance à des bébés et les hommes non.
		2. Les filles doivent être douces, les garçons doivent être durs.
		3. Globalement, les femmes ou filles sont les principales personnes qui prennent soin de ceux qui souffrent de maladies liées au SIDA dans plus de deux tiers des foyers.
		4. Les femmes peuvent allaiter les bébés, les hommes peuvent donner le biberon aux bébés.
		5. Beaucoup de femmes ne prennent pas de décision de manière libre, surtout en ce qui concerne la sexualité et les relations de couple.
		6. Le nombre de femmes séropositives (virus d'immunodéficience humaine) ou atteintes du SIDA (syndrome d'immunodéficience acquise) a augmenté de manière constante à travers le monde.
		7. Quatre cinquièmes des toxicomanes par injection sont des hommes.
		8. Pour le même emploi, les femmes sont moins bien rémunérées que les hommes.

Fiche de ressources 1 : Réponses au jeu de genre

1. Sexe
2. Genre
3. Genre
4. Sexe
5. Genre
6. Sexe et Genre
7. Genre
8. Genre

1.3 Agir comme un homme

Objectifs

1. Identifier les différences entre les règles de comportements des hommes et celles des femmes.
2. Comprendre comment ces règles de genre ont un impact sur la vie des femmes et des hommes.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ; **Ressources** : faibles

Durée

45 à 60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif
- Fiche de ressources 2 : [Exemples de tableaux à feuilles pour « Agir comme un Homme » / « Agir comme une Femme »](#)

Notes de l'animateur

Cette activité constitue un bon moyen de comprendre les manières dont sont perçues les normes de genre. Souvenez-vous que ces perceptions peuvent être influencées par la classe sociale, la race, l'origine ethnique et d'autres différences.

Il est également important de garder à l'esprit le fait que les normes relatives aux genres font l'objet de changements dans de nombreux pays. Il est devenu plus facile, dans certains pays, pour les hommes et les femmes de sortir de leur « carcan ». Si le temps le permet, évoquez avec les participants ce qui permet aux femmes et aux hommes de sortir de leur catégorie dans certains endroits.

Étapes

1. Demandez aux participants masculins si on leur a déjà dit d'« agir comme un homme ». Demandez-leur d'évoquer une occasion au cours de laquelle une personne leur a tenu ces propos ou quelque chose de similaire. Posez les questions suivantes : « Pourquoi ont-ils tenu ces propos, d'après vous ? » « Qu'avez-vous ressenti ? »
2. Ensuite, demandez aux participantes si on leur a dit d'« agir comme une femme ». Demandez-leur d'évoquer une occasion au cours de laquelle une personne leur a tenu ces propos ou quelque chose de similaire. Posez les questions suivantes : « Pourquoi ont-ils tenu ces propos, d'après vous ? » « Qu'avez-vous ressenti ? »
3. Dites aux participants que vous souhaitez examiner ces deux phrases avec plus d'attention. Expliquez qu'en étudiant ces phrases, on peut commencer à voir comment la société crée des règles très différentes par rapport à la manière dont les hommes et les femmes sont censés se comporter. Expliquez que ces règles sont parfois dénommées « normes de genre » car elles définissent ce que les hommes et les femmes doivent « normalement » penser, ressentir ou la manière dont ils doivent « normalement » agir. Expliquez que ces règles imposent des limites à la fois à la vie des femmes et à celle des hommes

en maintenant les hommes dans la case « Agir comme un Homme » et les femmes dans la case « Agir comme une Femme ».

4. Écrivez en gros caractères sur une feuille du tableau au l'expression « Agir comme un Homme ». Demandez aux participants ce qui est dit aux hommes dans leur communauté sur la manière dont ils doivent se comporter. Écrivez ce qu'ils disent sur la feuille. Vérifiez les exemples sur la fiche de ressources pour voir les types de messages qui sont souvent énumérés et incluez-les dans la discussion s'ils n'ont pas été mentionnés.
5. Lorsque les participants n'ont plus rien à ajouter à la liste, posez les questions suivantes.
 - Lequel de ces messages peut être éventuellement néfaste ? Pourquoi ? (Placez une croix à côté de chaque message et discutez-en un par un).
 - Dans quelle mesure le fait de vivre cantonné dans une catégorie a-t-il un impact sur la santé d'un homme et sur celle des autres, y compris en ce qui concerne le VIH et le SIDA ?
 - Dans quelle mesure le fait de vivre cantonné dans une catégorie limite-t-il les vies des hommes et celles de ceux qui vivent autour d'eux ?
 - Qu'arrive-t-il aux hommes qui essaient de ne pas suivre les règles de genre (par exemple de « vivre en dehors des cases qui leurs sont pré-assignées ») ? Que disent les gens sur ces hommes ? Comment sont-ils traités ?
 - Comment le fait de « vivre en dehors des cases qui leurs sont pré-assignées » peut-il aider les hommes à faire face de manière positive au VIH et au SIDA ?

6. Écrivez sur une autre fiche du tableau au l'expression « Agir comme une Femme ». Demandez aux participants ce qui est dit aux femmes dans leur communauté sur la manière dont elles doivent se comporter. Écrivez ces messages sur la feuille.

Vérifiez les exemples afin de voir les types de messages qui sont souvent cités. Intégrez-les à la discussion s'ils n'ont pas été mentionnés.

7. Lorsque les participants n'ont plus rien à ajouter à la liste, posez les questions suivantes.
 - Lequel de ces messages peut être éventuellement néfaste ? Pourquoi ? (Placez une croix à côté de chaque message et discutez-en un par un).
 - Dans quelle mesure le fait de vivre cantonné dans une catégorie a-t-il un impact sur la santé d'une femme et sur celle des autres, y compris en ce qui concerne le VIH et le SIDA ?
 - Dans quelle mesure le fait de vivre cantonné dans une catégorie limite-t-il la vie des femmes et celles de ceux qui vivent autour d'elles ?
 - Qu'arrive-t-il aux femmes qui essaient de ne pas suivre les règles de genre (par exemple de « vivre en dehors des cases qui leurs sont pré-assignées ») ? Que disent les gens sur elles ? Comment sont-elles traitées ?
 - Comment le fait « de vivre en dehors des cases qui leurs sont pré-assignées » peut-il aider les femmes à faire face au VIH et au SIDA de manière positive ?
8. Ensuite, dessinez un autre tableau qui comporte une colonne pour les hommes et une pour les femmes. Dénommez-le « hommes / femmes transformés ». Demandez aux participants de dresser une liste des caractéristiques des hommes qui « vivent en dehors des cases qui leurs sont pré-assignées ». Notez les réponses données. Une fois que vous en avez environ sept, posez les mêmes questions à propos des femmes qui « vivent en dehors des cases qui leurs sont pré-assignées ». Aidez les participants à reconnaître que, en fin de compte, les caractéristiques de genre équitables sont en fait similaires pour les hommes et les femmes.

9. Posez les questions suivantes aux participants :

- Vos perceptions des rôles des hommes et des femmes sont-elles affectées par l'opinion de votre famille et de vos amis ? Comment ?
- Les médias ont-ils un impact sur les normes relatives aux genres ? Si oui, de quelle manière ? Comment les médias décrivent-ils les femmes ? Comment les médias décrivent-ils les hommes ?
- Comment faites-vous face, dans votre vie personnelle, aux manières non équitables dont les hommes sont censés agir ? Comment pouvez-vous faire face à certaines des manières non équitables dont les femmes sont censées agir ?

Clôture

Pendant leur vie, les hommes et les femmes reçoivent des messages de part de leur famille, des médias et de la société sur la manière dont ils / elles devraient agir en tant qu'hommes et la façon dont ils devraient essayer de comprendre les femmes et les autres hommes. Comme nous l'avons vu, beaucoup de ces différences sont construites par la société et elles ne sont pas inhérentes à notre nature ou à notre constitution biologique. Un bon nombre de ces attentes sont normales et acceptables et elles nous permettent de jouir de nos identités en tant qu'hommes ou femmes. Cependant, nous sommes tous capables de reconnaître les messages malsains de même que le droit de les empêcher de limiter notre potentiel en tant qu'être humains. Alors que nous prenons davantage conscience du fait que certains stéréotypes liés au genre peuvent avoir un impact négatif sur notre vie et notre communauté, nous pouvons penser de manière constructive à la façon de les défier et de promouvoir des rôles de genre et des relations plus positifs dans notre vie et notre communauté. Par conséquent, nous sommes tous libres de créer nos propres catégories de genre et la manière dont nous choisissons de vivre notre vie en tant qu'hommes et femmes.

Options de formation

Vous pouvez rajouter les éléments suivants à la session mais cela nécessitera plus de temps.

- Jeu de rôles pour commencer la séance :

Créez trois petits groupes de participants et demandez-leur de créer un sketch court (d'une ou deux minutes) qui montre une personne disant à une autre d'« Agir comme un Homme » ou d'« Agir comme une Femme ».

Fiche de ressources 2 :

Exemple de tableau à feuilles pour l'expression « Agir comme un homme / une femme »

Agir comme un homme	Agir comme une femme
• Sois dur	• Sois passive et calme
• Ne pleure pas	• Sois une femme au foyer
• Sois le soutien de famille	• Comporte-toi de manière sexy, mais pas trop sexy
• Reste maître de la situation et ne cède pas	• Sois intelligente, mais pas trop intelligente
• Aies des relations sexuelles quand tu veux	• Laisse-toi guider par les hommes
• Aies des relations sexuelles avec plusieurs partenaires	• Garde ton homme, et donne-lui du plaisir sexuel
• Fais en sorte d'obtenir du plaisir sexuel auprès des femmes	• Ne te plains pas
• Fais des enfants	• Ne discute pas du sexe
• Marie-toi	• Marie-toi
• Prends des risques	• Fais des enfants
• Ne demande pas d'aide	• Sois belle
• Aies recours à la violence pour résoudre les conflits	• Fais-toi voir mais reste discrète
• Bois	
• Fume	
• Ignore la douleur	
• Ne parle pas de problèmes	
• Sois fort	
• Sois courageux	
• Prends les décisions pour les autres	
Hommes transformés	Femmes transformées
• Soit aimant	• Soit aimant
• Soit attentif aux autres	• Soit attentive aux autres
• Soit un communicateur sûr de lui	• Soit une communicatrice sûre d'elle
• Exprime les émotions de manière constructive et lorsque la situation s'y prête	• Exprime les émotions de manière constructive et lorsque la situation s'y prête
• Reste fidèle à un partenaire	• Reste fidèle à un partenaire
• Fais régulièrement le test du VIH	• Fais régulièrement le test du VIH
• Utilise régulièrement des préservatifs	• Utilise régulièrement des préservatifs
• Retarde les relations sexuelles jusqu'à ce que chaque partenaire soit prêt	• Retarde les relations sexuelles jusqu'à ce que chaque partenaire soit prêt
• Exprime-toi en faveur de l'égalité des genres	• Exprime-toi en faveur de l'égalité de genre
• Défie les autres afin qu'ils reconnaissent leurs normes de genre néfastes et pour qu'ils changent	• Défie les autres afin qu'ils reconnaissent leurs normes de genre néfastes et pour qu'ils changent

1.4 Les personnes et les choses

Objectif

1. Développer la prise de conscience par rapport au rôle du pouvoir dans les relations et leur impact sur les individus et leurs relations.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : faibles

Durée

45 à 60 minutes

Supports

Aucun

Notes de l'animateur

Certains des participants peuvent se sentir mal à l'aise par rapport au jeu de rôles de cette activité. Il est important d'être sensible à la manière dont les participants réagissent au fait d'avoir le rôle de « personnes » ou de « choses » et de se préparer à prendre les dispositions nécessaires et à effectuer des changements. Par exemple, plutôt que de faire en sorte que les participants mettent en œuvre le jeu de rôle, l'animateur peut inviter les participants à discuter, par groupe de deux personnes, de la manière dont les « personnes » peuvent traiter les « choses » et les sentiments que cela peut générer pour les « personnes » et les « choses ». L'animateurs doit également se préparer à recommander les personnes à des services d'aide psychologique ou d'autres pour les participants qui pourraient être affectés par l'activité.

Étapes

1. Répartissez les participants dans trois groupes. Chaque groupe doit avoir le même nombre de participants. (Note : si le nombre de participants ne permet pas d'avoir une distribution équilibrée, créer un troisième groupe avec les personnes « en trop » qui seront les observateurs, comme décrits ci-dessous.)
2. Dites aux participants que le titre de cette activité est : Personnes et choses. Choisissez, au hasard, un groupe qui représentera les « choses », un autre qui représentera les « personnes » et un troisième qui représente les « observateurs ».
3. Lisez les instructions suivantes au groupe :
 - **CHOSSES** : Vous ne pouvez pas penser, sentir ou prendre des décisions. Vous devez faire ce que les « personnes » vous disent de faire. Si vous souhaitez bouger ou faire quelque chose, vous devez demander la permission.
 - **PERSONNES** : Vous pouvez penser, sentir et prendre des décisions. De plus, vous pouvez dire aux objets ce qu'ils doivent faire.
 - **OBSERVATEURS** : Vous vous contentez d'observer en silence tout ce qui se passe.
4. Attribuer une « chose » à chaque personne et dites-lui qu'elle peut faire ce qu'elle veut avec (dans la limite de l'espace de la salle).
5. Donner cinq minutes au groupe pour que les « personnes » et les « choses » puissent jouer leur rôle.

6. Après cinq minutes, dites aux personnes et aux choses qu'elles vont échanger leurs rôles respectifs, et qu'à présent, les « personnes » seront des « choses » et les « choses » seront des « personnes ».
7. Enfin, demandez aux groupes de retourner à leur place dans la salle et posez les questions suivantes pour animer une discussion.
 - Comment vos « personnes » vous ont-elles traités ? Qu'avez-vous ressenti ? Avez-vous ressenti de l'impuissance ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Comment avez-vous traité vos « choses » ? Qu'avez-vous ressenti en traitant une personne de cette manière ? Vous êtes-vous senti puissant ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Pourquoi les « choses » ont-elles obéi aux instructions données par les « personnes » ?
 - Y-a-t-il des « choses » ou « personnes » qui ont résisté à l'exercice ?
 - Dans votre vie quotidienne, les autres vous traitent-ils comme des « choses » ? Qui ? Pourquoi ?
 - Dans votre vie quotidienne, traitez-vous les autres comme des « choses » ? Qui ? Pourquoi ?
 - Pour les « observateurs » : Qu'avez-vous ressenti par rapport au fait de ne rien faire ? Avez-vous eu envie d'intervenir ? Si oui, qu'auriez-vous pu faire ?
 - Dans notre vie quotidienne, sommes-nous « observateurs » des situations dans lesquelles des personnes en traitent d'autres comme des choses ? Intervenons-nous dans ce genre de situation ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Si on vous avait donné l'opportunité de choisir entre ces trois groupes, lequel auriez-vous choisi et pourquoi ?
 - Pourquoi les personnes se traitent-elles de cette manière ?
 - Quelles sont les conséquences d'une relation dans laquelle une personne pourrait vous traiter comme une « chose » ?
 - Comment le fait d'être traité comme une « chose » peut-il avoir un impact sur la vulnérabilité d'une personne par rapport au VIH ?
 - Dans votre communauté, les hommes appartiennent-ils le plus souvent à un de ces trois groupes ? Quel groupe ? Les femmes appartiennent-elles le plus souvent à un de ces trois groupes ? Quel groupe ? Pour quelles raisons, d'après vous ?
 - Comment la société / la culture perpétuent-elles ou soutiennent-elles ces types de relations ?
 - Que pouvons-nous faire pour assurer que des groupes différents tels que les hommes et les femmes vivent dans un monde équitable où ils peuvent jouir des mêmes opportunités, d'un traitement équitable et de droits égaux ?

Clôture

Il existe plusieurs types de relations dans lesquelles une personne peut avoir plus de pouvoir sur une autre. Comme vous le verrez au fil des nombreuses activités dans ce manuel, le pouvoir inéquitable entre hommes et femmes dans des relations intimes peut avoir des répercussions graves par rapport aux risques relatifs aux IST, au VIH et au SIDA ainsi que la grossesse non planifiée. Par exemple, une femme n'a pas le pouvoir de dire si, quand, et comment une relation sexuelle a lieu, y compris si un préservatif sera utilisé, en raison de croyances de longue date selon lesquelles les hommes doivent être sexuellement actifs et les femmes passives (ou que les femmes « se doivent » d'accorder des relations sexuelles aux hommes). Dans d'autres cas, une femme qui dépend d'un homme pour bénéficier d'un soutien financier peut penser qu'elle n'a pas le pouvoir de refuser une relation sexuelle. Dans des cas de relations sexuelles entre des générations différentes, l'âge et les différences de classe entre les hommes et les femmes peuvent accentuer l'inégalité des relations de pouvoir, qui peuvent entraîner des situations à risque.

Il y a d'autres exemples de relations de pouvoir dans notre vie et communauté. Pensez aux relations entre jeunes et adultes, étudiants et enseignants, employés et employeurs. Parfois les déséquilibres de pouvoir dans ces relations peuvent faire qu'une personne en traite une autre comme un objet. Lorsque vous discuterez du genre et des relations, entre hommes et femmes, il sera important de se souvenir du lien entre votre sentiment d'opprimé ou de personne traitée comme un « objet » dans certaines de vos relations et comment, vous, à votre tour, pouvez traiter les autres, y compris les femmes, comme des « objets ». La réflexion sur ces liens peut vous aider à établir des relations plus équitables avec les femmes dans vos foyers et communautés.

1.5 Je suis content/e d'être.... Si j'étais¹⁷...

Objectif

1. Développer une meilleure compréhension des aspects agréables et difficiles de la masculinité ou de la féminité.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif

Étapes

1. Séparez les participants et mettez-les dans des groupes d'un maximum de huit personnes du même sexe. Si les participants sont tous des hommes, répartissez-les dans de plus petits groupes. Dites aux participants de choisir une personne qui sera le rapporteur et prendra des notes pour le groupe.
2. Donnez à chaque groupe une feuille de tableau à feuilles et un marqueur. Demandez aux participants de compléter les phrases suivantes avec le plus de réponses possibles :
 - Groupe masculin : Je suis content d'être un homme parce que...
 - Groupe féminin : Je suis contente d'être une femme parce que... (Si le groupe n'est composé que d'hommes, ne tenez pas compte de cette question.)

Donnez un exemple de chaque pour aider les groupes à commencer. Accordez-leur 15 minutes pour terminer l'exercice.

Note : Assurez-vous que les réponses des participants se réfèrent à des aspects positifs de leur propre genre plutôt que des réponses axées sur le fait de ne pas devoir vivre quelque chose que l'autre sexe doit subir. Par exemple, au lieu d'affirmer « Je suis content de ne pas avoir de menstrues », les hommes doivent se concentrer sur des affirmations telles que « Je suis content d'être un homme parce que je suis fort. »

3. Donnez une autre feuille de tableau à feuilles aux membres des deux groupes et demandez-leur de compléter les phrases suivantes avec le plus de réponses possibles en 15 minutes :
 - Groupe masculin : Si j'étais une femme, je pourrais...
 - Groupe féminin : Si j'étais un homme, je pourrais... (Si le groupe n'est composé que d'hommes, ne tenez pas compte de cette question.)
 - Groupe masculin : J'envie les femmes parce que ...
 - Groupe féminin : J'envie les hommes parce que... (Si le groupe n'est composé que d'hommes, ne tenez pas compte de cette question.)

¹⁷ Center for Population Options. 1985. Life planning education. Washington, D.C. (Éducation en planification)

4. Attachez les feuilles au mur avec du ruban adhésif et discutez des réponses en posant les questions suivantes.

Questions pour un groupe mixte :

- Certaines des réponses étaient-elles les mêmes pour les deux sexes ?
- Était-il plus facile pour les hommes ou pour les femmes d'expliquer les raisons pour lesquelles ils / elles étaient contents/es de leur genre ? Pourquoi d'après vous ?
- Comment les premières réponses d'un genre apparaissent-elles par rapport au deuxième lot de réponses de l'autre genre ? (Existe-t-il un recoupement entre les éléments qui semblent appréciables pour les femmes et ce que les hommes seraient contents de pouvoir faire s'ils étaient des femmes ?)

Questions pour un groupe masculin :

- D'après vous, comment une femme finirait-elle la phrase suivante : « Je suis contente d'être une femme par que... »
- D'après vous, comment une femme finirait-elle la phrase suivante : « Si j'étais un homme, je pourrais... »
- Serait-il plus facile pour les hommes et pour les femmes d'expliquer les raisons pour lesquelles ils ou elles sont contents/es de leur sexe ? Pourquoi d'après vous ?

5. Ensuite, pour chaque groupe, posez les questions suivantes :

- Qu'est-ce qui vous a semblé difficile quand vous avez parlé des avantages de l'autre sexe ? Certaines de ces raisons pourraient-elles aider à la prévention du VIH ?
- Y-a-t il des réponses stéréotypées ? Lesquelles ? Sont-elles justes ? Pourquoi ces stéréotypes existent-ils ?
- Qu'avez-vous appris d'autre grâce à cette activité ?

Clôture

Il y a des différences majeures en matière de genre qui ont un impact sur la subsistance de même que sur la santé sexuelle et reproductive. Ces différences doivent être évoquées et célébrées plutôt qu'être débattues et déniées. Un genre n'est pas meilleur que l'autre. Ces différences sont fondées sur des expériences et nul ne peut voir son expérience niée. Les hommes et les femmes doivent créer des espaces pour faire part de ces différences en toute sécurité et s'aider les uns les autres pour une compréhension mutuelle. Une telle compréhension conduira à des relations plus saines et à de meilleurs résultats sanitaires pour les individus, les familles et les communautés.

1.6 Bocal de genres

Objectifs

1. Faire part d'expériences liées aux questions de genre.
2. Encourager une meilleure compréhension et empathie vis-à-vis de l'expérience de l'autre sexe.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : faibles

Durée

60 minutes

Supports

- Aucun

Notes de l'animateur

Cette activité est recommandée pour les groupes mixtes. Cependant, vous pouvez la mettre en œuvre avec un groupe masculin. Vous devez simplement répartir les participants dans deux groupes. Demandez aux premiers de répondre aux trois premières questions de la liste de questions destinées aux hommes. Vous pourriez également en poser une quatrième : « Quelle est, d'après vous, l'aspect le plus difficile de la situation des femmes en Namibie ? » (Souvenez-vous d'utiliser le nom du pays dans lequel vous faites la formation à chaque fois qu'un pays est cité.)

Ensuite demandez à l'autre groupe de répondre aux quatre dernières questions de la liste de questions destinées aux hommes.

Dans certaines communautés (surtout lorsque les époux assistent ensemble à la session), il peut s'avérer difficile pour les femmes de vraiment s'exprimer car elles ont peur de parler en public devant leurs maris. Il peut être plus approprié de conduire ces discussions séparément et de demander à une personne de prendre des notes pour en faire part aux représentants de l'autre genre.

Questions destinées aux femmes

- Quelle est l'aspect le plus difficile de la situation des femmes en Namibie ?
- Que souhaitez-vous dire aux hommes pour les aider à mieux comprendre les femmes ?
- Qu'est-ce qui vous semble difficile à comprendre sur les hommes ?
- Comment les hommes peuvent-ils apporter leur soutien aux femmes et leur permettre de s'émanciper ?
- En général, qui prend les décisions dans votre foyer ? Si ce sont les hommes, quel effet cela fait-il de les voir prendre toutes les décisions ?
- Quelle est la chose que vous ne souhaitez plus jamais entendre au sujet des femmes ?
- Quels sont les droits les plus difficiles à obtenir pour les femmes en Namibie ?
- Quels souvenirs gardez-vous de votre enfance en Namibie ? Qu'est-ce qui vous plaisait dans le fait d'être une fille ? Qu'est-ce qui vous déplaisait ? Quels problèmes posaient l'adolescence ?

- Quels sont les hommes qui représentent une influence masculine positive dans votre vie ? En quoi cette influence est-elle positive ?
- Quelles sont les femmes qui représentent une influence féminine positive ? En quoi cette influence est-elle positive ?

Questions destinées aux hommes

- Quelle est l'aspect le plus difficile de la situation des hommes en Namibie ?
- Que souhaitez-vous dire aux femmes pour les aider à mieux comprendre les hommes ?
- Qu'est-ce qui vous semble difficile à comprendre sur les femmes ?
- Comment les hommes peuvent-ils apporter leur soutien aux femmes et leur permettre de s'émanciper ?
- Quels souvenirs gardez-vous de votre enfance en Namibie ? Qu'est-ce qui vous plaisait dans le fait d'être un garçon ? Qu'est-ce qui vous déplaisait ? Quels problèmes posaient l'adolescence ?
- Quels sont les hommes qui représentent une influence masculine positive dans votre vie ? En quoi cette influence est-elle positive ?
- Quelles sont les femmes qui représentent une influence féminine positive ? En quoi cette influence est-elle positive ?

Étapes

1. Répartissez les hommes et les femmes dans deux groupes séparés.
2. Demandez aux femmes de s'asseoir en cercle au milieu de la pièce et aux hommes de s'asseoir autour du cercle des femmes.
3. Commencez une discussion avec les femmes en leur posant les questions figurant dans les Notes de l'animateur. Le rôle des hommes sera d'observer et d'écouter. Ils ne sont pas autorisés à parler.
4. Après 30 minutes, mettez un terme à la discussion et demandez aux hommes et aux femmes d'échanger leurs places. Dirigez une discussion avec les hommes pendant que les femmes écoutent. Les questions destinées aux hommes figurent également dans les Notes de l'animateur.
5. Discutez l'activité après que les deux groupes ont participé à tour de rôle. Posez les questions suivantes :
 - Qu'est-ce qui vous a surpris dans cette activité ?
 - Qu'avez-vous ressenti en parlant de ces choses alors que les autres écoutaient ?
 - Qu'avez-vous appris ?

Clôture

Nos opinions sur l'autre sexe sont souvent fondées sur des stéréotypes et les normes sociales et relatives au genre qui sont renforcées au fil du temps par de nombreuses influences, telles que les médias ou nos pairs. Cela ne facilite pas la compréhension de l'autre sexe, ni de leurs besoins et préoccupations. En comprenant mieux les membres du sexe opposé, leurs besoins et expériences, nous pouvons faire preuve de plus d'empathie par rapport à la manière dont ils vivent leur genre et la façon dont cela les influence.

1.7 Établir des catégories (diversité et droits)

Objectifs

1. Comprendre les différentes expériences du pouvoir pour les individus dans la société.
2. Explorer la manière dont les inégalités peuvent influencer les conséquences sanitaires, y compris celles qui sont liées au VIH et au SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

Avant la session, sélectionnez des phrases dans la liste ci-dessous qui vous semblent être les plus adaptées au contexte dans lequel vous travaillez. Écrivez ces phrases sur un petit morceau de papier (une phrase par morceau de papier). Si vous le souhaitez, vous pouvez créer vos propres phrases, ou répéter certaines d'entre elles, selon les instructions. Il devrait y avoir une phrase pour chaque participant.

- Je suis séropositif.
- Je suis père et je prends soin des mes enfants.
- Je suis membre du Parlement.
- Je suis un criminel (membre d'un gang ou trafiquant de drogue).
- Je suis cocaïnomane.
- Je suis un garçon de la rue.
- Je ne harcèle pas les femmes sexuellement.
- Mon père est en prison.
- Mon / ma partenaire me bat.
- Mon / ma partenaire m'a trompé/e.
- Ma mère est une travailleuse du sexe (une prostituée).
- Je suis alcoolique.
- Je suis gay.
- J'ai le SIDA.
- Je suis sans emploi.
- J'ai frappé ma petite amie une fois.
- Mes parents sont morts du SIDA.
- J'ai essayé de me tuer une fois.
- Je suis un enfant de la rue qui échange des rapports sexuels contre de la nourriture.
- Je suis un garçon qui a subi des sévices sexuels par un oncle.
- J'ai trompé mon / ma partenaire.

Notes de l'animateur

Cette activité cause généralement beaucoup de rire, parfois un certain malaise, car les participants doivent jouer le rôle d'individus qui sont souvent marginalisés ou victimes d'une forme quelconque de discrimination. Le ton de la discussion doit rester léger. Il est important de ne censurer personne et de favoriser le respect de ces différences. Si le temps le permet, vous pouvez demander aux participants s'ils souhaiteraient refaire l'exercice avec de nouvelles expressions. Le groupe peut s'inspirer de sujets de sessions précédentes pour créer ces nouvelles phrases qui pourront être distribuées de manière aléatoire parmi les participants.

Étapes

1. Demandez aux participants de s'asseoir en cercle et de fermer les yeux. Dites-leur qu'ils vont participer à une activité au cours de laquelle ils devront se mettre à la place d'autres personnes. Expliquez qu'on va leur remettre un morceau de papier sur lequel figure une phrase décrivant leur personnage. Après avoir reçu le papier, les participants doivent lire la phrase sans faire de commentaire et réfléchir en silence à ce qu'ils feraient s'ils étaient la personne décrite sur le papier.
2. Demandez à tous les participants de prendre un morceau de ruban adhésif et de coller le papier sur leur chemise ou t-shirt.
3. Demandez-leur de se lever et de marcher lentement autour de la pièce pour lire les phrases des autres et se saluer silencieusement.
4. Ensuite demandez aux participants de former un cercle et de se regarder les uns les autres. Expliquez que chacun doit incarner son personnage et inventer une histoire liée à la phrase qui lui a été attribuée. Accordez-leur cinq minutes pour inventer leur histoire.
5. Demandez à un/e volontaire de raconter son « histoire ». Ensuite, au hasard ou en allant autour du cercle, demandez à tous les autres participants de raconter leurs histoires jusqu'à ce que tout le monde ait eu son tour.
6. Une fois que tout le monde a raconté son histoire, demandez aux participants, qui incarnent toujours leurs personnages, de poser des questions aux autres sur leurs vies, leurs situations actuelles, leurs problèmes et leurs réalités. Accordez-leur 20 à 30 minutes.
7. Évoquez les questions suivantes :
 - Connaissez-vous quelqu'un qui a affronté une situation similaire à celle qui est décrite sur votre papier ?
 - Quel effet cela fait-il d'imiter ce personnage ? Qu'avez-vous ressenti ?
 - Certains des personnages qui n'avaient pas le VIH et le SIDA étaient-ils à risque élevé de contamination par le VIH ? Pourquoi ?
 - Votre personnage était-il à risque élevé de subir de la violence ou des abus ? Pourquoi ?
 - Comment le fait qu'une personne soit « différente » de nous mène-t-il à la violence ?
 - Réagissons-nous différemment à certaines personnes ? Éprouvons-nous plus d'empathie vis-à-vis de certains ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Comment pouvons-nous mieux traiter les personnes ? Comment pouvons-nous faire preuve de plus d'empathie vis-à-vis des personnes qui sont différentes ? Comment pouvons-nous tendre la main à ces personnes ?

Clôture

Tout le monde a le droit d'être traité avec respect. Le fait de juger une personne sans vraiment la connaître ou sans connaître les causes de sa situation, conduit à la discrimination. Il est important de lutter contre la discrimination dans notre société car c'est ce qui mène les gens à être traités de manière injuste, exclus des milieux sociaux, maltraités par les représentants de la loi, renvoyés de leur travail, ou à subir des abus physiques ou psychologiques qui laisseront des séquelles. Dans notre vie, nous sommes tous confrontés à des difficultés incomprises par les autres. Une meilleure compréhension des expériences uniques et des défis rencontrés par autrui nous apprend à agir envers les gens avec respect et dignité et à faire respecter la justice au sein de la société. Cela constitue également la première étape pour penser à la manière de tendre la main aux personnes dans le besoin.

1.8 Examiner l'oppression

Objectif

1. Mieux comprendre le fonctionnement de l'oppression.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;

Ressources : moyennes

Durée

120 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Fiche de ressources 3 : [Types d'oppression](#)
- Fiche de ressources 4 : [Les trois « i » de l'oppression](#)

Étapes

1. Commencez par rappeler aux participants que vous avez parlé du pouvoir et de la manière dont il bénéficie à certaines personnes et pas à d'autres.
2. Expliquez que vous souhaitez examiner de manière approfondie le fonctionnement de l'oppression, une étape importante qui nous aidera à mettre un terme à l'oppression.
3. Dessinez trois cercles concentriques sur le tableau à feuilles (voir la Fiche de ressources 4 : [Les trois « i » de l'oppression](#)). Demandez aux participants de faire part d'exemples de cas où une personne en opprime une autre – voir la Fiche de ressources 3 : [Types d'oppression](#) pour certains exemples d'oppression interpersonnelle. Écrivez ces exemples dans le cercle du milieu et expliquez qu'ils représentent des formes d'oppression « interpersonnelle ».
4. Demandez aux participants comment celles-ci et d'autres formes d'oppression interpersonnelle influencent la manière dont les opprimés pensent ou ressentent les choses ; pour ces exemples, utilisez des personnes non blanches, des femmes et des pauvres. Les réponses peuvent inclure : ces personnes « se sentent mal », « pensent qu'elles le méritent », « éprouvent de la colère mais se sentent impuissantes ». Expliquez qu'il est fréquent que les opprimés « intériorisent » ce que les oppresseurs disent d'eux et ce qu'ils leur font, et cela peut renforcer leur propre oppression ainsi que leurs pensées, sentiments et actions. Demandez des exemples de tels cas (voir Fiche de ressources 4 : [Les trois « i » de l'oppression](#)), écrivez-les dans le cercle central, et indiquez ensuite que ces oppressions sont « intériorisées ».
5. Demandez des exemples de groupes « Puissants » et de groupes « Cibles ». Inscrivez-les sur une page de tableau à feuilles. Aidez les participants à trouver des exemples de ces deux groupes en suggérant des catégories pouvant avoir un groupe puissant et un groupe cible. Il peut s'agir du sexe, de la race, de l'âge, de la religion, de la classe et de l'orientation sexuelle. Le tableau devrait être similaire à l'exemple suivant :

Puissant	Cible
Hommes	Femme
Blancs	Non-blancs
Adultes	Jeunes
Riches	Pauvres
Hétérosexuels	Homosexuels
Chrétiens	Non-chrétiens

6. Expliquez que les attitudes et le comportement oppressifs des personnes indiquées dans la colonne de gauche du tableau (celles qui ont le plus de pouvoir) et l'oppression intériorisée des personnes indiquées dans la colonne de droite du tableau (celles qui ont moins de pouvoir) ne concernent pas seulement les individus, leurs pensées et leurs actions. Afin de comprendre de tels comportements, nous devons examiner le contexte des vies de ces personnes. Expliquez que ces vies sont largement influencées par un certain nombre de puissantes institutions politiques, économiques et sociales.
7. Demandez au groupe des exemples d'institutions politiques, économiques et sociales (voir la Fiche de ressources 3 : [Types d'oppression](#)). A présent demandez au groupe des exemples d'oppression créée et maintenue par ces institutions (voir la Fiche de ressources 3 : [Types d'oppression](#)). Écrivez ces exemples dans le cercle extérieur du schéma, et nommez-le oppression « institutionnelle ».
8. Expliquez que le cadre des trois « i » peut nous permettre de comprendre le mécanisme de fonctionnement de toute oppression vécue. Divisez les participants en trois groupes : race, genre et injustice économique. Expliquez l'exercice de la façon suivante.
9. Travaillez sur un problème (incertitude quant à la tâche à exécuter) relatif à l'oppression et au VIH de la manière suivante (dans cet ordre) : injustice raciale (les Noirs meurent plus vite du SIDA que les Blancs) ; injustice en matière de genre (les femmes sont plus vulnérables vis-à-vis du VIH que les hommes) ; injustice économique (les pauvres n'ont pas accès aux services de santé de qualité)
10. Appliquez le cadre des trois « i » pour comprendre comment l'oppression crée chacun de ces problèmes. Utilisez le cadre pour montrer comment l'oppression pourrait être défiée à chaque niveau (institutionnel, interpersonnel, intériorisé). Faites des recommandations pour le Modèle écologique.
11. Accordez environ 45 minutes pour que les groupes subdivisés puissent travailler, ensuite rassemblez-les. Dans le même ordre, demandez à chaque groupe de faire un compte-rendu, en notant leurs recommandations sur le Modèle écologique. Après chaque compte-rendu, accordez quelques minutes pour que les autres participants puissent poser des questions.
12. Lorsque les rapports sont terminés, animez une discussion avec le groupe dans son ensemble sur ce qu'il a appris du fonctionnement de l'oppression :
 - D'après vous, comment les trois « i » de l'oppression opèrent-ils dans votre propre vie ? Dans la vie de votre famille et de vos amis ? Dans votre communauté ?
 - D'après vous, les trois « i » se renforcent-ils les uns les autres ?
 - Avez-vous des exemples personnels, ou de membres de votre entourage, qui illustrent la lutte contre cette oppression à chacun des trois niveaux ? Que pouvons-nous apprendre de ces exemples ?
 - Comment l'un des trois « i » peut-il contribuer au VIH ?
 - En tant qu'individus ou groupe, que pouvons-nous faire pour défier l'oppression ?
 - Que devraient faire les autres pour défier l'oppression ?

Clôture

L'oppression n'est pas seulement interpersonnelle (à savoir entre des personnes) – elle est maintenue par de puissantes institutions et par les opprimés qui ont intériorisé les messages de l'opresseur. Les expériences vécues par les personnes par rapport au VIH, au SIDA et à la violence, sont directement influencées par leur expérience de l'oppression aux trois niveaux. Pour gérer ces problèmes du VIH, du SIDA et de la violence, il faut lutter contre l'oppression institutionnelle, interpersonnelle et intériorisée subie par les groupes indiqués dans la colonne de droite du tableau sur le pouvoir.

Fiche de ressources 3 : Types d'oppression

Oppression interpersonnelle

Des exemples :

- Injustice raciale : les Blancs qui utilisent un langage à connotation raciale et abusif à l'égard des non-Blancs
- Injustice en matière de genre : les hommes qui harcèlent sexuellement des collègues féminines sur le lieu de travail
- Injustice économique : les riches qui culpabilisent les pauvres par rapport à leur pauvreté

Oppression intériorisée

Des exemples :

- Injustice raciale : les non-Blancs qui considèrent ne pas être aussi capables que les Blancs
- Injustice en matière de genre : les femmes qui considèrent ne pas pouvoir refuser les avances sexuelles d'un homme
- Injustice économique : les pauvres qui se culpabilisent à cause de leur pauvreté

Oppression institutionnelle

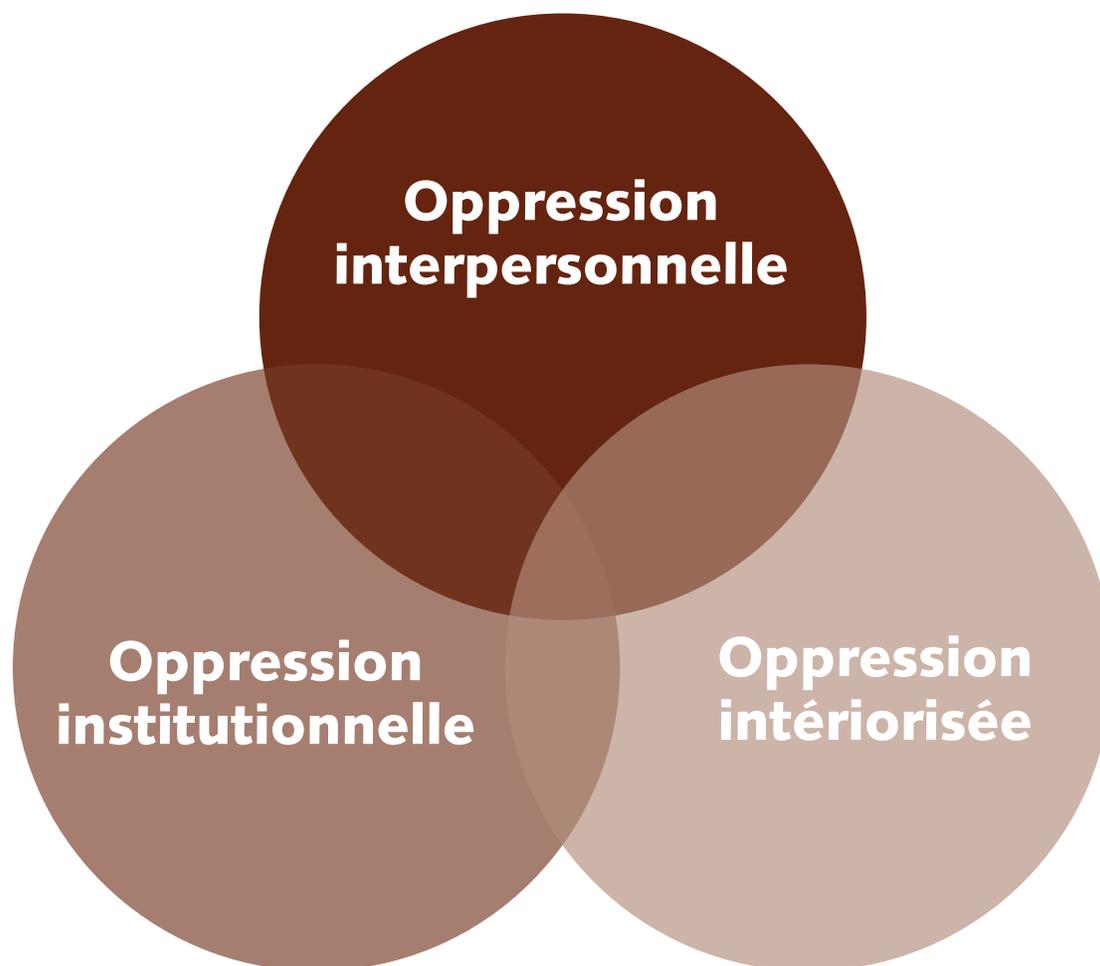
Des exemples :

- Histoires d'injustice raciale institutionnalisée – au niveau de l'emploi, du logement, de l'offre de soins sanitaires
- Injustice institutionnalisée en matière de genre – sous-représentation des femmes dans des postes à responsabilité (politique), salaires inférieurs et manque de promotion pour les femmes (économique), images des femmes perçues comme des objets sexuels dans les médias (social)
- Injustice économique institutionnalisée – manque de crédit pour les pauvres, sous-investissement dans les communautés pauvres.

Exemples d'institutions :

- Niveau politique : le gouvernement (central, régional ou local), les chefs communautaires traditionnels, les institutions qui assurent le pouvoir politique (l'armée, la police)
- Niveau économique : les banques et d'autres institutions financières (nationales et internationales), les entreprises
- Niveau social : l'église, les autorités religieuses, les médias, la famille

Fiche de ressources 4 : Les trois « i » de l'oppression



2. Sexualité

2.1 Comprendre la sexualité

Objectifs

1. Discuter de la sexualité humaine de manière holistique et compréhensive.
2. Fournir un cadre favorable pour des discussions sur la sexualité et le VIH.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 3 : Définitions et questions pour des discussions en petit groupe sur la sexualité et du Polycopié 4 : Définitions des cercles de la sexualité pour l'ensemble des participants.
- Fiche de ressources 5 : Les cercles de la sexualité

Préparation

Préparer un tableau à feuilles avec les cercles de la sexualité tels qu'ils sont illustrés dans la Fiche de ressources 5 : Les cercles de la sexualité.

Étapes

1. Expliquez que cette session permettra d'examiner le concept de la « sexualité ». Demandez aux participants d'exprimer ce que la sexualité signifie pour eux.
2. Expliquez qu'il y a plusieurs définitions longues et compliquées de la sexualité, mais qu'elles sont souvent confuses. Dites-leur que nous préférons en simplifier la définition en présentant la sexualité comme un ensemble de cercles (voir la Fiche de ressources 5 : Les cercles de la sexualité).
3. Dessinez le diagramme en vous référant à la Fiche de ressources 5 : Les cercles de la sexualité. En dessinant les cercles, veillez à nommer chacun d'entre eux, mais n'ajoutez pas les informations grisées sur la Fiche de ressources 5. Chaque cercle représente un des éléments de la sexualité. Lorsque tous les cercles sont rassemblés, ils englobent la définition intégrale de la sexualité. Expliquez qu'un des cercles est de couleur différente et n'est pas lié aux autres (la sexualité pour contrôler les autres) car c'est un élément négatif de la sexualité, même s'il existe dans de nombreuses situations.

4. Répartissez les participants dans quatre groupes. Expliquez-leur que chacun sera responsable d'un cercle de la sexualité et examinera la signification de ces cercles d'après eux (le cercle de l'identité sexuelle sera expliquée par les animateur). Attribuez un cercle à chaque groupe et demandez-leur de décrire ce que le cercle implique en utilisant les feuilles de tableau et des marqueurs. Distribuez le Polycopié 3 : Définitions et questions pour les discussions en petit groupe sur la sexualité, et dites-leur de se référer aux questions liées à leurs cercles respectifs afin de les aider pour cette activité.
5. Demandez à chaque groupe de présenter ses quatre cercles, puis expliquez le cercle de l'identité sexuelle. Une fois que cela a été fait, distribuez le Polycopié 4 : Définitions des cercles de la sexualité. Assurez-vous que les points clés de chaque cercle soient couverts en vous référant au Polycopié 4.
6. Après la présentation de tous les cercles, terminez l'activité avec les questions suivantes pour animer la discussion :
 - Est-il facile de parler de la sexualité ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Les défis rencontrés en matière de discussion de la sexualité sont-ils différents selon que l'on soit un homme ou une femme ? Pourquoi ? Qu'est-ce qui fait qu'il soit difficile pour les hommes d'en parler ? Qu'est-ce qui fait qu'il soit difficile pour les femmes d'en parler ?
 - Qu'est-ce qui aiderait les hommes et les femmes à parler de la sexualité ?
 - Où le « rapport sexuel » est-il inclus dans la définition de la sexualité ? Ce terme joue-t-il un rôle important ou minime dans la définition de la sexualité ?
 - Quelles sont les similarités dans la manière dont les hommes et les femmes vivent la sexualité ?
 - Quelles sont les différences ? Pourquoi ces différences existent-elles d'après vous ?
 - Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous appliquer cela dans votre propre vie et vos relations ?

Clôture

La sexualité constitue un élément important de la vie humaine et bien que l'acte sexuel en vue de la reproduction soit similaire pour presque toutes les êtres vivants, seuls les êtres humains attribuent à la sexualité des valeurs, coutumes, et de la signification qui vont bien au-delà de la procréation. La sexualité implique également ce que nous ressentons par rapport à notre corps, la manière dont nous donnons et recevons du plaisir, et la manière dont nous exprimons des sentiments romantiques, entre autres. Malheureusement, dans de nombreuses cultures, les hommes et les femmes reçoivent différents messages sur la sexualité. La sexualité des hommes est perçue comme impulsive et incontrôlable alors que la sexualité des femmes est perçue comme passive et contrôlable. Ces messages contrastés ont souvent des implications négatives sur les rapports entre les hommes et les femmes dans le cadre de relations intimes ou sexuelles. Il est par conséquent important que les hommes comme les femmes aient des opportunités de parler en toute aise de la sexualité, et de développer des compétences afin de communiquer avec leurs partenaires sur la sexualité.

Polycopié 3 : Définitions et questions pour les discussions en petit groupe sur la sexualité

Sensualité – La sensualité fait référence à la manière dont notre corps obtient et donne du plaisir.

- Quels sens nos corps utilisent-ils pour obtenir et donner du plaisir ?
- Quels types d'activité implique le plaisir ?

Vie intime / relations – L'intimité est la partie de la sexualité liée aux relations.

- Qu'est-ce qui est nécessaire pour avoir une relation saine ?
- Où apprenons-nous à aimer ou prendre soin d'une personne ?

Santé sexuelle – La santé sexuelle implique notre comportement par rapport à la conception d'enfants, aux comportements sexuels et à la protection des organes sexuels et reproductifs.

- À quels types de problèmes de santé sexuelle les hommes et les femmes sont-ils confrontés ?

Sexualité pour contrôler autrui – Malheureusement, beaucoup de personnes utilisent la sexualité pour abuser de quelqu'un d'autre ou pour obtenir quelque chose de la part d'une autre personne.

- Comment les personnes essaient-elles d'utiliser le sexe pour contrôler d'autres personnes ?
- Comment les médias essaient-ils d'utiliser le sexe pour contrôler autrui ?

Fiche de ressources 5 : Les cinq cercles de la sexualité

Sensualité

La manière dont notre corps donne et reçoit du plaisir.

Tous les sens (toucher, vue, odorat, goût, ouïe).

Elle explique notre besoin d'être touchés. Inclut notre capacité à fantasmer.

Santé sexuelle

Notre comportement lié à la reproduction et à nos organes sexuels (par exemple : IST, grossesse)

Vie intime / relations

Notre capacité à aimer, faire confiance et prendre soin d'autrui

Identité sexuelle

Elle inclut quatre éléments

1. Sexe biologique : fondé sur notre statut physique masculin ou féminin
2. Identité de genre : ce que nous ressentons par rapport au fait d'être un homme ou une femme
3. Rôle de genre : les attentes de la société par rapport à nous en fonction de notre sexe
4. Orientation sexuelle : le sexe qui nous attire sexuellement

Sexualité pour contrôler les autres

Utiliser le sexe pour porter atteinte aux droits d'une personne ou d'obtenir quelque chose d'autrui

(Par exemple : publicités, viols)

Polycopié 4 : Définitions des cercles de la sexualité

Sensualité – La sensualité fait référence à la manière dont notre corps obtient du plaisir. Elle est la partie de notre corps qui jouit de cinq sens : toucher, vue, ouïe, odorat et goût. N'importe lequel des ces sens lorsqu'il est apprécié peut s'avérer sensuel. Demandez aux participants de fournir des exemples de façons dont une personne peut jouir de chacun des cinq sens de manière sensuelle. Le cycle de réponse sexuelle fait également partie de notre sensualité car il correspond au mécanisme qui nous permet de jouir du et de répondre au plaisir sexuel.

L'image que nous avons de notre corps fait partie de notre sensualité. Le fait que nous nous sentions attirants ou fiers de notre corps dépend de divers aspects relevant de notre vie.

Notre besoin d'être touché et embrassé par d'autres personnes de manière aimante et affectueuse est dénommé « *skin hunger* » (*faim de rapport tactile*). En général, les adolescents ont moins de contact tactile avec la famille que les jeunes enfants. C'est pourquoi beaucoup d'adolescents satisfont leur faim de rapport tactile par un contact physique avec un pair. Le rapport sexuel peut être la conséquence du besoin que peut avoir un adolescent d'être embrassé, plutôt que de son désir de rapport sexuel. Le fantasme fait partie de la sensualité. Notre cerveau nous donne la capacité de fantasmer sur les comportements et les expériences sexuels, sans avoir à les réaliser.

Vie intime / relations – La vie intime fait référence à la partie de la sexualité qui relève des relations. Notre capacité à aimer, faire confiance et prendre soin d'autrui dépend de notre niveau d'intimité. Nous apprenons à connaître l'intimité à partir des relations autour de nous, en particulier au sein de notre famille.

La prise de risque émotionnelle fait partie de notre vie intime. Afin de vivre une vraie vie intime avec d'autres, une personne doit s'ouvrir et faire part de ses sentiments et donner des informations à caractère personnel. Nous prenons un risque lorsque nous le faisons mais dans le cas contraire, on ne peut avoir de vie intime.

Identité sexuelle – Chaque individu a sa propre identité sexuelle. Elle peut être divisée en quatre éléments principaux :

Le sexe biologique est fondé sur notre statut physique masculin ou féminin.

L'identité de genre se réfère à nos sentiments par rapport au fait d'être de sexe masculin ou féminin. L'identité de genre commence à prendre forme à peu près à partir de l'âge de deux ans, lorsqu'un petit garçon ou une petite fille prend conscience du fait qu'il ou elle est différent(e) du sexe opposé. Si une personne a le sentiment qu'il ou elle s'identifie au sexe biologique opposé, il ou elle se considère comme transsexuel. Dans les cas les plus extrêmes, une personne transsexuelle subira une intervention chirurgicale pour faire changer son sexe biologique (souvent appelée chirurgie de réattribution du sexe) de manière à ce qu'il corresponde à son identité de genre.

Les *rôles des genres* représentent les attentes de la société par rapport au sexe biologique d'une personne. Demandez aux participants de penser aux comportements que nous attendons des hommes et quels comportements nous attendons des femmes. Ces attentes constituent les rôles des genres.

L'orientation sexuelle constitue le dernier élément de l'identité sexuelle. L'orientation sexuelle fait référence au sexe biologique par lequel nous sommes attirés d'un point de vue romantique. Notre orientation peut être hétérosexuelle (attirée par le sexe opposé), bisexuelle (attiré par les deux sexes), ou homosexuelle (attiré par le même sexe). Les gens ont tendance à confondre l'orientation sexuelle et les rôles de genre. Par exemple, si un homme est efféminé ou si une femme est masculine, les gens partent du principe que ces personnes sont homosexuelles. En réalité, ils expriment des rôles de genre différents. Un homosexuel peut être efféminé, masculin ou aucun des deux. Ces caractéristiques peuvent également s'appliquer à un hétérosexuel. En outre, une personne peut avoir un comportement homosexuel et ne pas se considérer pour autant homosexuel. Par exemple, les hommes en prison peuvent avoir des relations sexuelles avec d'autres hommes mais continuer à se considérer hétérosexuels.

Santé sexuelle – La santé sexuelle implique notre comportement par rapport à la conception d'enfants, le fait d'avoir des rapports sexuels, et la protection de nos organes sexuels et reproductifs. Des questions telles que le rapport sexuel, la grossesse, les infections sexuellement transmissibles (IST) relèvent de la santé sexuelle. Demandez aux participants d'identifier autant d'aspects de la santé sexuelle que possible.

Après avoir évoqué les quatre cercles de la sexualité, dessiner un cinquième cercle détaché des quatre autres. Ce cercle représente un aspect négatif de la sexualité qui peut empêcher un individu de mener une vie sexuelle saine. Vous pouvez dire que ce cercle peut « assombrir » les quatre autres cercles de la sexualité. Il est décrit de la manière suivante :

Sexualité pour contrôler les autres – Cet élément n'est pas positif. Malheureusement, beaucoup de personnes utilisent la sexualité abuser d'une autre personne ou pour obtenir quelque chose d'une autre personne. Le viol est un exemple clair d'utilisation du sexe pour contrôler quelqu'un d'autre. L'abus sexuel et la prostitution forcée constituent d'autres exemples. La publicité envoie souvent des messages à caractère sexuel afin de faire acheter des produits par le public.

2.2 Le corps érotique

Objectif

1. Réfléchir sur la manière dont les hommes et les femmes vivent le désir sexuel, l'excitation et l'orgasme et les différents messages qu'ils reçoivent de la société concernant la sexualité et l'érotisme.

Auditoire

Âge : jeunes adultes ; **Sexe :** hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation :** moyen ; **Ressources :** élevées

Durée

60 minutes

Supports

- Magazines et journaux
- Ciseaux
- Papier
- Colle

Notes de l'animateur

Il est important que cette activité soit menée de la façon la plus ouverte et décontractée possible. Ce n'est pas un problème si les participants rient ou plaisantent sur ces sujets. En fait, la plaisanterie est un moyen de défense ou permet d'exprimer l'anxiété en particulier lorsque l'on est confronté à de nouvelles informations.

Étapes

1. Distribuez une feuille de papier à tous les participants et mettez des magazines, de la colle et des ciseaux au milieu de la pièce.
2. Expliquez que chaque personne doit produire un collage sur le « corps érotique de l'homme » en utilisant des images, des photos et des mots découpés dans les magazines et journaux.
3. Accordez-leur 10 minutes pour parcourir les magazines et journaux afin qu'ils puissent faire leurs collages.
4. Distribuez une deuxième feuille de papier à tous les participants et demandez-leur de produire un collage sur le « corps érotique féminin ».
5. Accordez-leur 10 minutes pour faire le deuxième collage.
6. Invitez les participants à se porter volontaires pour présenter leurs collages.
7. Avec les questions suivantes, animez la discussion.
 - Comment le corps érotique masculin a-t-il été décrit dans les collages ?
 - Comment le corps érotique féminin a-t-il été décrit dans les collages ?
 - Quels sont les points communs entre les collages des corps érotiques masculine et féminin ?
 - Quelles sont les différences entre ces collages ? D'après vous, en quoi ces différences sont-elles liées à la manière dont les hommes et les femmes sont élevés ?

- Qu'est-ce que le désir sexuel ? Les hommes et les femmes ressentent-ils du désir sexuel ? Existe-t-il des différences dans leur façon de ressentir le désir sexuel ? Tous les hommes ressentent-ils le désir sexuel de la même façon ? Toutes les femmes ressentent-elles le désir sexuel de la même façon ?
- Comment sait-on si un homme est excité ? Et une femme ?
- Comment les hommes deviennent-ils excités ? Qu'est-ce qui excite un homme sexuellement ?
- Comment les femmes deviennent-elles excitées ? Qu'est-ce qui excite une femme sexuellement ?
- Comment le désir sexuel peut-il influencer les décisions et comportements liés à la prévention du VIH et du SIDA ?
- Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous l'appliquer à vos propres vies et relations ?

Clôture

Les hommes tout comme les femmes éprouvent du désir sexuel et peuvent ressentir une excitation sexuelle. Cette excitation dépend de facteurs biologiques, sociaux et psychologiques. Chaque partie du corps humain peut produire du plaisir lorsqu'elle est touchée, mais en général, certaines zones sont plus sensibles à la caresse que d'autres. Comme ces zones varient d'une personne à l'autre, c'est en parlant ou en expérimentant que vous saurez ce qui excite le plus votre partenaire.

2.3 Messages sur la sexualité

Objectif

1. Réfléchir sur les différents messages que les hommes et femmes reçoivent à propos du sexe et de la sexualité et sur la façon dont ces messages influencent les valeurs personnelles et comportements.

Auditoire

Âge : jeunes adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ; **Ressources** : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 5 : Idées de sketches pour tous les participants.

Étapes

1. Divisez les participants en quatre groupes. Expliquez qu'une institution ou population sera attribuée à chaque petit groupe qui devra examiner les messages sur la sexualité que l'institution ou la population adressent aux hommes et aux femmes.
2. Attribuez les institutions ou populations suivantes à chaque petit groupe :
 - Groupe un : pairs
 - Groupe deux : médias (musique, télévision et publicité)
 - Groupe trois : parents et famille
 - Groupe quatre : institutions religieuses
3. Demandez aux groupes de créer un sketch d'une à deux minutes qui montre comment une population ou une institution adresse des messages sur la sexualité. Donnez le Polycopié 5 aux participants et demandez-leur de s'y référer s'ils ont du mal à prendre une décision. Accordez 10 minutes aux groupes pour la préparation.
4. Lorsqu'ils ont terminé, demandez à chaque groupe de présenter leur sketch. Après chaque présentation, demandez aux autres de noter les messages transmis par le sketch et de les écrire sur le tableau à feuilles. Demandez aux observateurs d'inclure tout autre message qui n'apparaît pas dans le sketch mais qui émane de cette population ou institution.
5. Après la présentation de tous les sketches, animez une discussion en posant les questions suivantes :
 - Qu'avez-vous ressenti en regardant ces sketches ?
 - Dans quelle mesure les messages sur la sexualité sont-ils les mêmes pour les hommes et les femmes ?
 - Dans quelle mesure les messages sur la sexualité sont-ils différents pour les hommes et les femmes ?

- Dans quelle mesure les messages sur la sexualité sont-ils différents pour les jeunes et les adultes ? Pour les homosexuels et les hétérosexuels ? Pour les personnes attirantes et celles qui ne le sont pas ? Pourquoi ces messages sont-ils différents ?
- Quels messages sur la sexualité peuvent être néfastes ? De quelle manière ?
- Quels messages sur la sexualité peuvent être bénéfiques ? De quelle manière ?
- Certains messages ont-ils plus d'influence que d'autres ? Lesquels ? Pourquoi ?
- De quelle façon ces messages ont-ils un impact sur la transmission du VIH ?
- Quels messages sur la sexualité souhaitez-vous transmettre à vos enfants ? Pourquoi ?
- Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous appliquer cela dans vos propres vies et relations ?

Clôture

Nous sommes continuellement exposés à des messages concernant la sexualité et ce dès le plus jeune âge. Ces messages proviennent de diverses sources et leur contenu varie souvent en fonction de leur origine. Il arrive fréquemment que les familles et institutions religieuses aient certains points de vue sur la sexualité qui diffèrent de ceux des pairs et des médias. Les messages sur la sexualité, quelle que soit leur source, communiquent des attitudes et attentes différentes selon le sexe et la sexualité des personnes représentées. Souvent, les messages provenant des parents, des pairs, des institutions religieuses ou des médias, transmettent des normes de genre traditionnelles et des stéréotypes par rapport à la sexualité. Il est important que vous évaluiez attentivement les messages auxquels vous êtes exposés et que vous recherchiez des informations fiables.

Option de formation

Demandez à des petits groupes d'indiquer le nom de leur population / institution en haut de la feuille de tableau à feuilles. Divisez le reste de la page en deux. Demandez aux participants d'écrire les messages sur la sexualité que cette population / institution donne aux hommes sur la gauche. Demandez-leur d'écrire les messages transmis aux femmes sur la droite. Si les participants ont du mal à répondre, rappelez-leur les quatre cercles de la sexualité et demandez-leur ce que ces organisations disent des thèmes liés à chaque cercle. Accordez-leur 10 minutes pour terminer cet exercice.

Polycopié 5 :

Idées de sketches

Groupe un : pairs

- Représentez un groupe d'hommes parlant entre eux de questions relatives au sexe.
- Présentez le type de conseils qu'un homme donne à un autre homme sur le sexe.
- Représentez un groupe d'hommes faisant pression sur quelqu'un pour avoir une relation sexuelle ou se moquant de sa vie sexuelle.

Groupe deux : médias (musique, télévision et publicité)

- Créez une publicité qui envoie un message sur le sexe.
- Chantez une chanson qui transmet un message sur le sexe.
- Représentez une scène d'un programme télévisé qui fait passer un message sur le sexe.
- Donnez un aperçu du programme télévision de la soirée, et présentez de brèves scènes à message sexuel provenant de ces émissions.
- Montrez deux personnes parlant de sexe dans une émission télévisée ou une vidéo musicale.
- Jouez un sketch dans lequel une personne prend des décisions sur le sexe en fonction de ce que feraient les célébrités ou les personnages de la télévision.

Groupe trois : parents et famille

- Organisez un jeu de rôle sur les différents messages relatifs au sexe que les parents communiquent à leurs fils et filles.
- Organisez un jeu de rôle avec un parent qui a peur de parler de questions sexuelles avec ses enfants.

Groupe quatre : institutions religieuses

- Organisez un jeu de rôle avec un sermon de chef religieux.
- Organisez un jeu de rôle sur une discussion entre un responsable religieux et un fidèle à propos du sexe.
- Organisez un jeu de rôle présentant une interview télévisée avec un responsable d'organisation religieuse qui croit qu'il ne faut pas avoir de relations sexuelles avant le mariage.

2.4 Préoccupations communes sur la sexualité

Objectif

1. Discuter des préoccupations courantes des hommes par rapport à la sexualité.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

Partie 1 – 45 minutes ; Partie 2 – 45 minutes

Supports

- Partie 1 : suffisamment d'exemplaires du Polycopié 6 : Questions et réponses courantes sur la sexualité pour tous les participants ; trois fiches, chacune avec une des trois questions issues du polycopié des participants.
- Partie 2 : petit sac de ballons, feuilles de papier avec des questions sur la sexualité (voir les Notes de l'animateur).

Notes de l'animateur

Cette activité a pour but d'être informelle et divertissante. Les animateurs doivent essayer de créer une ambiance dans laquelle les participants se sentent à l'aise pour s'exprimer et poser des questions. Dans la partie 2 de l'activité, les participants devront suggérer leurs propres questions sur la sexualité. Comme plan de réserve, les animateurs doivent préparer une liste de 5 à 10 questions communément posées sur la sexualité et les écrire sur une petite feuille de papier.

Certaines questions peuvent être les suivantes :

- Qu'est-ce que la masturbation ? Est-il vrai que la masturbation peut rendre le pénis plus petit ou faire pousser des poils dans la paume de votre main ?
- Un homme peut-il uriner dans le corps d'une femme lors d'un rapport sexuel ?
- De quoi un homme a-t-il le plus peur durant un rapport sexuel ?
- Quels types de problèmes un homme peut-il rencontrer durant un rapport sexuel ?
- Que peut faire un homme en cas d'éjaculation précoce ?
- Pourquoi un homme « jouit-il » parfois pendant son sommeil ?
- Les hommes ont-ils besoin de plus de rapports sexuels que les femmes ? Pourquoi ?
- La taille du pénis a-t-elle vraiment de l'importance ? Pourquoi ?
- Que ressent un homme lorsque quelqu'un dit qu'il a un petit pénis ? Comment réagit-il ?
- Pourquoi disons-nous souvent qu'un homme « pense avec son pénis » ? Un homme peut-il contrôler son désir sexuel ?
- Que pensez-vous du sexe virtuel ?
- Comment faites-vous un examen de prévention contre le cancer des testicules ?
- Comment faites-vous un examen de prévention contre le cancer du pénis ?
- Qu'est-ce qu'un examen de prévention contre le cancer de la prostate ?

Étapes

Partie 1 – 45 minutes

1. Divisez les participants en quatre groupes et attribuez à chaque groupe une des quatre questions figurant sur le polycopié.
2. Demandez à chaque groupe d'imaginer qu'il est en charge d'une rubrique de conseils sur le sexe et de réfléchir à la manière de répondre à la question. Accordez 10 minutes à chaque groupe pour discuter et rédiger une réponse.
3. Demandez à un/e volontaire de lire la question et la réponse du groupe à haute voix. Invitez les participants des autres groupes à suggérer d'autres réponses.
4. Distribuez le Polycopié 6 et examinez les réponses suggérées.
5. Animez une discussion en posant les questions suivantes :
 - Qu'avez-vous ressenti en essayant de répondre à certaines des questions ?
 - Les hommes ont-ils souvent accès aux informations relatives à la sexualité ? Où les obtiennent-ils ? Est-ce le cas des femmes ?
 - Comment l'absence d'informations correctes sur la sexualité peut-elle mettre une personne dans une situation à risque d'infection par le VIH ?
 - Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous appliquer cela dans vos propres vies et relations ?

Partie 2 – 45 minutes

1. Distribuez des fiches ou des morceaux de papier et demandez aux participants d'écrire une question qu'ils se posent sur la sexualité.
2. Ramassez les fiches, mélangez-les et ensuite distribuez-les aux petits groupes pour qu'ils travaillent dessus.
3. Demandez aux participants de s'asseoir en cercle. Dites-leur qu'ils vont se passer un ballon qui contient une question. Lorsque l'animateur / animatrice dira stop, la personne qui aura le ballon devra l'éclater, lire la question et essayer d'y répondre.
4. S'il n'y a pas suffisamment de temps pour répondre à toutes les questions, le groupe peut se mettre d'accord pour réserver du temps durant la session suivante pour les traiter.

Clôture

Il est normal que les hommes aient des questions sur la sexualité étant donné qu'ils ont généralement peu d'opportunités d'évoquer ce sujet avec d'autres personnes. Il est également fréquent que les hommes se sentent mal à l'aise lorsqu'il faut discuter de la sexualité. Néanmoins, il est important de garder à l'esprit que les questions et les préoccupations relatives à la sexualité sont tout à fait normales et que d'autres hommes ont les mêmes interrogations et inquiétudes.

Polycopié 6 :

Questions et réponses courantes sur la sexualité

Cher Docteur Amour,

Je suis un homme âgé de 30 ans. Je suis récemment sorti pour boire un verre et j'ai rencontré une fille lors d'une fête. Nous étions sur le point d'avoir un rapport sexuel mais quand j'ai essayé de mettre le préservatif, j'ai perdu l'érection. J'ai essayé de m'exciter à nouveau mais ça n'a pas marché. Ma baguette magique a-t-elle perdu son pouvoir ?

Cordialement,

J'ai perdu ma magie

Réponse possible :

Cher J'ai perdu ma magie,

La plupart des hommes vivent votre problème à un moment donné de leur vie. Cela a pu arriver pour plusieurs raisons. Il est très probable que votre utilisation de l'alcool ait contribué à ce problème. L'alcool est un déprimeur qui cause des troubles dans le cycle de réponses sexuelles, surtout si une personne boit beaucoup. Le problème pourrait être lié au stress ou à l'anxiété par rapport aux rapports sexuels. Il est improbable que cela soit causé par un problème physique. Parfois une blessure ou un âge avancé peut entraîner des problèmes de libido et de circulation du sang, ce qui donne lieu à l'« impuissance » ou l'incapacité d'avoir une érection.

Si c'est le cas, les hommes peuvent bénéficier d'un traitement médical pour soigner l'impuissance. En revanche, si vous arrivez à avoir des érections à d'autres moments de la journée ou pendant que vous dormez, vous saurez que le problème n'est pas d'ordre physique. Si c'est le cas, détendez-vous et votre magie reviendra avant même que vous vous en rendiez compte. Au fait, je suis content de lire que vous avez utilisé des préservatifs, surtout après avoir bu, car c'est souvent à ce moment-là que les gens oublient de les utiliser.



Cher Docteur Amour,

Je suis un homme âgé de 25 ans. J'aimerais tenir plus longtemps lorsque j'ai une relation sexuelle. Je suis toujours surexcité et j'ai un orgasme dans la minute qui suit le début du rapport. Que dois-je faire pour mettre un terme à cette mauvaise plaisanterie ?

Aidez-moi s'il vous plaît.

L'Homme minute

Réponse possible :

Cher Homme minute,

Beaucoup d'hommes vivent la même épreuve que vous, et c'est un problème qui est généralement facile à gérer. Votre problème peut avoir plusieurs explications possibles. Certains hommes sont très nerveux par rapport à l'acte sexuel, ce qui conduit à une « éjaculation précoce ». D'autres fois, cela s'explique par une réponse rapide aux stimuli sexuels qui a été conditionnée. Vous pouvez avoir recours à plusieurs techniques pour faire durer les rapports, si vous le souhaitez. Pour commencer, vous pouvez porter un préservatif pour réduire la sensibilité. Par ailleurs, vous pouvez arrêter la stimulation lorsque vous sentez que vous allez avoir un orgasme. Vous pouvez également pincer l'extrémité du pénis et attendre que la sensation de l'orgasme disparaisse. Si vous vous détendez et si vous essayez ces stratégies, votre vie sexuelle s'améliorera probablement de manière spectaculaire.

Cher Docteur Amour,

Je suis une femme âgée de 22 ans et j'ai une activité sexuelle depuis trois ans. Je vous écris car je n'ai eu jamais eu d'orgasme grâce à un rapport sexuel. Suis-je anormale ?

Cordialement,

À la recherche de mon plaisir

Réponse possible :

Chère À la recherche de mon plaisir,

Beaucoup de femmes ont fait part de leurs préoccupations à ce sujet. Plusieurs facteurs expliquent l'absence d'orgasme. Certains sont d'ordre physique. Le clitoris a généralement besoin d'être stimulé pour obtenir l'orgasme. Durant le rapport sexuel vaginal avec les hommes, le clitoris ne reçoit parfois pas de stimulation adéquate, c'est la raison pour laquelle l'orgasme n'est pas atteint. Plusieurs femmes constatent que certaines positions sexuelles peuvent résoudre ce problème. D'autres trouvent que la stimulation manuelle ou orale du clitoris contribue à l'orgasme. La limitation de la consommation d'alcool peut également aider. Dans d'autres cas, le problème peut être basé sur des facteurs psychologiques. Certaines femmes peuvent en vouloir à leur partenaire, ou ne pas être attirées par lui. Si une personne est nerveuse, si elle a peur ou si elle est méfiante, elle ne pourra pas avoir de plaisir. Les traumatismes précédemment subis peuvent limiter le plaisir. Dans certains cas, il peut être important d'avoir recours à un soutien professionnel afin de gérer ce type de problèmes. Bonne chance pour retrouver votre plaisir.

Cher Docteur Amour,

Je suis une femme de 32 ans mariée depuis environ cinq ans. J'ai deux enfants. Récemment, j'ai cessé d'être excitée par les rapports sexuels. Mon mari et moi avons des rapports sexuels régulièrement (au moins deux fois par semaine), mais dernièrement, « je ne suis pas d'humeur ». Mon mari commence à m'en vouloir, mais je n'ai vraiment pas envie de faire l'amour ! Je crains que mon refus ne lui donne l'idée d'aller chercher quelqu'un d'autre pour avoir des rapports sexuels et je ne sais pas ce qui ne va pas chez moi. Est-ce normal ?

Cordialement,

Pas d'humeur

Réponse possible :

Chère Pas d'humeur,

Beaucoup de personnes perdent le désir sexuel, de temps en temps, au cours de leur existence. Pour certaines, cela peut être passager et pour d'autres, il peut s'agir d'une maladie causée par du stress. Vous devez essayer de vous souvenir depuis combien de temps vous vous sentez comme cela. Si cela fait plus de six mois, il serait recommandé de recourir à une aide professionnelle. Cela peut vouloir dire que votre mari ne vous satisfait pas suffisamment, par conséquent, il est possible que vous ayez tous les deux besoin de parler de vos sentiments, de ce que vous aimez d'un point de vue sexuel, et que vous essayiez éventuellement de nouvelles approches. Asseyez-vous avec lui seul (avec des bougies allumées) et parlez de ce que vous ressentez, ce dont vous avez besoin et ce que vous voulez. Peut-être que vous deux pourrez résoudre vos problèmes vous-mêmes. Sinon, il faudra peut-être aller parler à un conseiller psychologique. Bonne chance !



2.5 Brainstorming sur le plaisir

Objectif

1. Identifier les manières de donner et recevoir du plaisir qui n'impliquent pas les relations sexuelles.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Étapes

1. Commencez la session en expliquant que lorsque les gens parlent de plaisir sexuel, ils pensent souvent immédiatement au rapport vaginal, oral ou anal. Bien que ces expériences puissent toutes apporter du plaisir, elles représentent seulement un petit nombre de manières dont les gens donnent et reçoivent du plaisir sensuel. Cette activité permettra d'explorer d'autres moyens de donner et recevoir du plaisir, souvent d'une manière qui comporte beaucoup moins de risques d'infection et de grossesse.
2. Divisez les participants en trois équipes et donnez à chaque équipe plusieurs feuilles de tableau à feuilles et des marqueurs.
3. Expliquez que chaque équipe devra établir une liste du plus grand nombre de moyens possibles pour donner du plaisir, SANS rapport vaginal, oral ou anal. Rappelez aux équipes la définition complète de la sensualité, qui inclut le plaisir à partir des cinq sens : le toucher, l'odorat, la vue, l'ouïe et le goût. Encouragez les participants à être aussi créatifs que possible. Toute méthode visant à donner du plaisir des sens compte. Donner des fraises à manger à quelqu'un compte ! Rafrâîchir quelqu'un avec un éventail compte !
4. Expliquez que les équipes seront en compétition les unes avec les autres, et qu'elles auront cinq minutes pour rédiger leurs listes. L'équipe qui a noté le plus grand nombre d'activités agréables est vainqueur.
5. Demandez aux équipes d'afficher leurs listes sur un mur et de lire les activités à haute voix. Autorisez les membres des autres équipes à poser des questions de clarification.
6. Comptez le nombre total des activités pour chaque groupe et annoncez l'équipe vainqueur.
7. Informez le groupe que quelques prix supplémentaires seront distribués. Demandez au groupe de faire des nominations pour les meilleures réponses. Les catégories de prix sont :
 - Activité la plus créative
 - Activité la plus romantique
 - Activité la plus amusante
 - Activité la plus appropriée dans un lieu public
 - Activité la plus inappropriée dans un lieu public
 - Activité la plus sexy

8. Terminez la session en posant les questions suivantes :

- Qu'avez-vous ressenti en faisant cette activité ?
- Pourquoi pensez-vous que le plaisir soit si souvent associé au rapport sexuel, plutôt qu'à une grande variété d'activités sensuelles ?
- Est-il facile de parler du plaisir ? Sinon, les difficultés liées au sujet du plaisir sont-elles différentes pour les hommes et les femmes ? Pour quelles raisons ? Pourquoi est-ce difficile pour les hommes de parler de ce sujet ? Pourquoi est-ce difficile pour les femmes ?
- Les couples parlent-ils souvent de plaisir ? Sinon, pourquoi ?
- Comment une meilleure compréhension des manières de donner et recevoir du plaisir peut-elle influencer de façon positive l'épidémie du VIH et du SIDA ?
- Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous l'appliquer à vos propres vies et relations ?

Clôture

Il y a plusieurs types de plaisir que l'on peut ressentir, il peut être sensuel ou autre. Le plaisir sensuel n'est pas limité au rapport sexuel, et, en fait, ce qui suscite du plaisir peut énormément varier d'une personne à l'autre et peut inclure des choses auxquelles on peut ne pas avoir pensé. En parlant avec votre partenaire de ce qui lui donne du plaisir et de ce qui vous donne du plaisir, de même que ce qui ne lui apporte pas de plaisir, vous contribuez à une grande part de la communication au sein de la relation, bien que cela puisse être difficile. Le rapport sexuel peut parfois ne pas être désiré ou ne pas être possible, et il est important de garder à l'esprit qu'il existe plusieurs autres moyens de donner et recevoir du plaisir.

2.6 Veulent.... Ne veulent pas.... Veulent.... Ne veulent pas....

Objectifs

1. Discuter d'un certain nombre de raisons pour lesquelles les individus choisissent d'avoir des rapports sexuels ou non.
2. Discuter des difficultés et stratégies liées à l'abstinence ou au sexe dans des relations intimes.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes (avec adaptation) ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ; **Ressources** : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Fiche de ressources 6 : [Pourquoi les hommes et les femmes veulent avoir des rapports sexuels](#)

Notes de l'animateur

Pendant cette activité, certains hommes vont jouer le rôle de femmes. Ce n'est pas toujours facile eux, et cet exercice doit être optionnel (un autre choix consiste à engager les hommes dans un débat fondé sur les scénarios présentés, plutôt que dans un jeu de rôle). Il est probable que certains hommes rient durant les jeux de rôle. Il est important de comprendre que certains de ces rires sont dus au malaise que les hommes ressentent lorsqu'ils jouent un rôle de femme ou lorsqu'ils voient d'autres hommes jouer un rôle de femme. Les animateurs doivent être sensibles à ces réponses, et lorsque cela est approprié, rappeler aux participants les discussions qui ont eu lieu précédemment sur les rôles des genres. Les animateurs doivent également encourager les hommes à réfléchir aux raisons pour lesquelles ils pourraient répondre de certaines façons en voyant des hommes jouer des rôles traditionnellement féminins.

Selon l'opinion des animateurs, cette activité peut être adaptée afin que le groupe se livre à un jeu de rôle sur la négociation de l'utilisation d'un préservatif durant une relation intime (comme forme de prévention d'IST ou du VIH et / ou comme forme de contraception). Ou le temps restant peut être utilisé pour faire des jeux de rôle sur d'autres thèmes, y compris l'utilisation des préservatifs, la planification du nombre d'enfants, ou la manière de dépenser les revenus du foyer.

Étapes

1. Divisez les participants en quatre groupes et attribuez un sujet de discussion issu du tableau ci-dessous à chaque groupe. Deux groupes représenteront les hommes (H1 et H2) et deux groupes représenteront les femmes (F1 et F2).

Groupes	Sujets de discussion
H1	Raisons pour lesquelles les hommes veulent avoir des rapports sexuels dans le cadre d'une relation intime
H2	Raisons pour lesquelles les hommes ne veulent pas avoir des rapports sexuels dans le cadre d'une relation intime
F1	Raisons pour lesquelles les femmes veulent avoir des rapports sexuels dans le cadre d'une relation intime
F2	Raisons pour lesquelles les femmes ne veulent pas avoir des rapports sexuels dans le cadre d'une relation intime

2. Expliquez que les participants (ou volontaires de chaque groupe) seront regroupés en paires afin de négocier l'abstinence et le sexe. Accordez cinq à dix minutes aux groupes pour qu'ils discutent et préparent les négociations.
3. La première négociation :
Le groupe H1 (les hommes qui veulent avoir des rapports sexuels) négocie avec le **groupe F2** (les femmes qui ne veulent pas avoir de rapports sexuels). Demandez au groupe d'imaginer qu'il s'agit d'un contexte de relation intime dans laquelle un homme veut avoir un rapport sexuel alors que la femme ne veut pas.
4. La seconde négociation :
Le groupe H2 (les hommes qui ne veulent pas avoir de rapports sexuels) négocie avec le **groupe F1** (les femmes qui veulent avoir des rapports sexuels). Le jeu de rôle doit être conduit de la même manière que ci-dessus. Après avoir négocié, demandez aux participants ce qu'ils ressentent et ce qu'ils ont appris grâce à cet exercice.
5. Dans les deux cas, les animateurs doivent rédiger les arguments pour et contre les plus importants sur une feuille de tableau à feuilles.
6. Ouvrez la discussion à l'ensemble des participants.
 - Les jeux de rôle étaient-ils réalistes ?
 - En quoi ces négociations sont-elles similaires à ce qui arrive dans la vie réelle ?
 - Quelles stratégies de communication positives ont été utilisées ?
 - Quelles stratégies de communication négatives ont été utilisées ?
 - Quelles autres stratégies de communication auraient pu être utilisées ?
 - Qu'est-ce qui facilite la négociation de l'abstinence avec un partenaire intime ? Qu'est-ce qui la rend plus difficile ?
 - Que se passe-t-il si la négociation survient dans le feu de l'action, plutôt qu'avant ? Est-ce que cela devient plus facile ou plus difficile ?
 - Pour quelles raisons une femme voudrait-elle avoir une relation sexuelle ? Ou ne pas en avoir une ? (Voir la Fiche de ressources 6 : Raisons pour lesquelles les hommes et les femmes ont des relations sexuelles.)
 - Pour quelles raisons un homme voudrait-il avoir une relation sexuelle ? Ou ne pas en avoir une ? (Voir la Fiche de ressources 6 : Raisons pour lesquelles les Hommes et les Femmes ont des Relations Sexuelles.)

- Comment un homme réagit-il quand une femme prend l'initiative de demander une relation sexuelle ?
- Les hommes peuvent-ils dire non au sexe ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Les femmes peuvent-elles dire non au sexe ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Est-il juste de faire pression sur quelqu'un pour avoir une relation sexuelle ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Comment les hommes et les femmes gèrent-ils les pressions exercées par leurs pairs et partenaires pour avoir des relations sexuelles ?
- Comment cette pression influence-t-elle la capacité d'une personne à être abstinent(e) ou à pratiquer des relations sexuelles plus sûres ? Comment cela influence-t-il la prévention du VIH ?
- Certains droits individuels sont-ils respectés différemment en fonction du genre, de l'âge et de la classe sociale lorsqu'il s'agit de prise de décision par rapport aux rapports sexuels ? Pourquoi est-ce le cas d'après vous ?
- Si un couple décide d'avoir un rapport sexuel, de quoi devrait-il parler avant de commencer ?
- Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous l'appliquer à vos propres relations ?

Clôture

Les gens prennent des décisions sur la sexualité durant toute leur vie. De nombreux facteurs entrent en ligne de compte pour prendre la décision d'avoir des rapports sexuels ou de s'abstenir. Dans le cas des femmes, la peur de perdre leur partenaire, les attentes sociétales ou la faible estime de soi peuvent les conduire à accepter d'avoir un rapport sexuel. Parmi les hommes, la décision d'avoir un rapport sexuel est influencée par la pression des pairs ou la pression sociale de prouver sa virilité. De plus, les styles de communication, les émotions, l'estime de soi et les relations de pouvoir inégales jouent tous un rôle. Il est important d'être conscients de la manière dont ces facteurs influencent vos propres désirs et décisions et ceux de votre partenaire. Il est également important de vous souvenir que la négociation n'implique pas de gagner à tout prix, mais de rechercher la meilleure situation pour chaque partie. Tous les individus ont le droit de prendre leurs propres décisions sur le sexe et de choisir de devenir sexuellement actifs ou non avec leurs partenaires. Ces droits ne peuvent en aucune façon, être niés et les décisions relatives aux relations sexuelles ne peuvent être prises par autrui. Il est important de noter que le fait de discuter les relations sexuelles est important mais qu'il faut évoquer l'utilisation de préservatif, surtout comme moyen de contraception dans une relation intime ou comme forme de prévention des IST et du VIH.

Options de formation

Étape optionnelle. Les animateurs peuvent créer des « Arbres de problèmes » et des « Arbres de solutions » afin d'aider les participants à comprendre les causes et les résultats de la bonne et mauvaise communication sur les questions de sexualité. Divisez les participants en deux groupes. Chaque groupe devra créer un arbre. Le groupe Un devra dessiner un « Arbre de problèmes » et le groupe Deux devra dessiner un « Arbre de solutions ». Donnez les instructions suivantes aux groupes :

Groupe Un : Le groupe qui se consacre à l'« Arbre de problèmes » devra dessiner un tronc d'arbre au centre du tableau à feuilles. Demandez au groupe de faire un brainstorming sur certaines causes de mauvaise communication sur la sexualité. Chacune des causes doit être représentée par une racine de l'arbre. Après avoir noté chaque cause, le groupe doit envisager ce qui peut y contribuer. Par exemple, si « l'embarras » est une des raisons, quelle en est l'origine ? Les « normes sociales » pourraient constituer une autre raison. Cela serait ensuite représenté par une ramification de la racine (cause) initiale. L'arbre de problèmes permettra également d'examiner les conséquences d'une mauvaise communication. Ces conséquences seront

représentées par les branches de l'arbre. Comme ils l'ont fait pour les causes, les groupes doivent faire un brainstorming et identifier les conséquences primaires et secondaires d'une mauvaise communication.

Groupe Deux : Le même processus sera utilisé pour l'« Arbre de solutions ». Le Groupe Deux devra dessiner un tronc d'arbre au centre du tableau à feuilles. Demandez au groupe de faire un brainstorming sur les causes d'une communication saine sur la sexualité. Chacune des causes doit être représentée par une racine de l'arbre. Après avoir noté chaque cause, le groupe doit envisager ce qui peut y contribuer. Par exemple, si le « sens de la vulnérabilité » est une des causes, quelle en est l'origine ? D'autres raisons peuvent inclure l'« éducation » ou des « IST précédentes ». Elles seraient alors représentées par des ramifications de la racine (cause) initiale. L'arbre de solutions examinera les conséquences d'une communication saine. Ces résultats seront représentés par les branches de l'arbre. Comme ils l'ont fait pour les causes, les groupes doivent faire un brainstorming et identifier les conséquences primaires et secondaires d'une bonne communication.

Liens

La discussion de la négociation au sein des relations sexuelles peut être liée à l'activité intitulée « **Personnes et choses** » et aux relations de pouvoir inégales qui existent souvent entre hommes et femmes. Elle peut également être liée à l'activité intitulée « **Parler de l'utilisation des préservatifs** » qui présente la négociation de l'utilisation du préservatif sous une forme différente.

Fiche de ressources 6 :

Raisons pour lesquelles les hommes et les femmes ont des relations sexuelles¹⁸

RAISONS POUR LESQUELLES LES HOMMES ET LES FEMMES ONT DES RELATIONS SEXUELLES

- ✓ Pression de la part des amis / du (de la) partenaire
- ✓ Communiquer des sentiments amoureux dans une relation
- ✓ Éviter la solitude
- ✓ Prouver sa virilité / sa féminité
- ✓ Recevoir de l'affection ou se sentir aimé/e
- ✓ Avoir du plaisir
- ✓ La croyance que tout le monde le fait
- ✓ Retenir un/e partenaire
- ✓ Ne pas savoir dire « non »
- ✓ Tomber enceinte ou devenir parent
- ✓ Satisfaire la curiosité
- ✓ Ne rien avoir d'autre à faire
- ✓ Recevoir de l'argent ou des cadeaux
- ✓ Les messages des médias les décrivent comme quelque chose de glamour
- ✓ L'idée que cela les guérira du VIH et du SIDA

RAISONS POUR LESQUELLES LES HOMMES ET LES FEMMES N'ONT PAS DE RELATIONS SEXUELLES

- ✓ Croyances religieuses ou valeurs personnelles / familiales
- ✓ Éviter une grossesse non planifiée
- ✓ Éviter les IST et l'infection par le VIH
- ✓ Éviter de nuire à sa réputation
- ✓ Éviter de se sentir coupable
- ✓ Avoir peur que ça fasse mal
- ✓ Attendre le / la bon/ne partenaire
- ✓ Pas prêt/e
- ✓ Attendre le mariage

18 CEDPA. 1988. Choose a future : issues and options for adolescent boys. Washington, D.C. (Choisir un avenir : questions et options pour les adolescents.)

2.7 Droits et responsabilités liés au VIH

Objectif

1. Évoquer les droits et responsabilités liés au VIH et leur importance pour la prévention de la coercition et de l'abus sexuels ainsi que de l'infection par le VIH / IST.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes

Durée

90 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Feuilles de papier ou cartes.

Étapes

1. Faites un brainstorming sur les droits et responsabilités avec les participants. Commencez par la question suivante : « Quels droits élémentaires avons-nous en tant qu'individus ? » Certains des exemples suivants pourraient être cités : la liberté d'expression, le droit de pratiquer une religion, le droit de vivre où l'on veut, etc. Ensuite posez la question qui suit « Quelles responsabilités élémentaires avons-nous en tant qu'individus ? » Certains exemples pourraient être le respect de la propriété d'autrui en ne volant pas, en subvenant aux besoins de la famille, en obéissant aux lois, etc.
2. Écrivez le titre « Mes droits sexuels » sur une feuille du tableau. Demandez aux participants de rédiger leur liste de droits sexuels et d'écrire leurs réponses sur la feuille. Assurez-vous que les droits suivants soient inclus :
 - Le droit au plaisir sexuel
 - Le droit de se protéger contre le risque d'infection
 - Le droit d'éviter la grossesse non planifiée
 - Le droit de refuser les rapports sexuels non désirés
 - Le droit d'exprimer son orientation sexuelle
 - Le droit d'obtenir des informations sur la sexualité et la santé sexuelle
3. Sur une autre feuille du tableau, écrivez le titre « Mes responsabilités sexuelles ». Demandez aux participants de dresser une liste de leurs responsabilités sexuelles et écrivez les réponses sur la feuille. Assurez-vous que les responsabilités sexuelles suivantes soient incluses :
 - Respecter le droit d'une personne de dire non
 - Informer un partenaire si vous êtes infecté/e par une IST y compris le VIH
 - Prendre soin des enfants que vous avez

4. Demandez à chaque participant/e de sélectionner l'élément de la liste intitulée « Mes droits sexuels » qui est le plus important pour lui ou elle. Lisez les éléments figurant dans la liste « Mes droits sexuels » à haute voix et un par un. Demandez aux participants de lever la main lorsque vous dites l'élément qu'ils ont sélectionné comme étant le plus important. Demandez à quelques volontaires de faire part des raisons pour lesquelles ils / elles ont sélectionné cet élément.
5. Suivez le même processus avec la liste intitulée « Mes responsabilités sexuelles ».
6. Répartissez les participants dans deux groupes. Le premier doit élaborer un jeu de rôles dans lequel les droits sexuels d'une femme ne sont pas respectés ; le second doit élaborer un jeu de rôles dans lequel les droits sexuels d'un homme ne sont pas respectés. Accordez 15 minutes au groupe pour créer les jeux de rôle.
7. Invitez les groupes à présenter les jeux de rôles.
8. Demandez aux mêmes groupes d'élaborer un jeu de rôles dans lequel les droits sexuels d'une femme / d'homme sont respectés et dites-leur que leurs jeux de rôles doivent montrer les droits sexuels comme respectés d'une manière qui tombe sous le coup de leurs responsabilités sexuelles. Accordez 15 minutes aux groupes pour qu'ils puissent créer les jeux de rôles.
9. Invitez les groupes à présenter les jeux de rôles.
10. Compléter la séance en posant les questions ci-dessous :
 - Les jeux de rôle étaient-ils réalistes ?
 - Dans votre communauté, est-il commun pour les droits des femmes d'être respectés ou non respectés ? Si non, pourquoi d'après vous ?
 - Dans vos communautés, est-il commun pour les droits des hommes d'être respectés ou non respectés ? Si non, pourquoi d'après vous ?
 - Quel est le lien entre les droits sexuels et les responsabilités sexuelles ?
 - Comment les droits d'une personne à exprimer son orientation sexuelle peuvent-ils être violés ?
 - Comment les droits d'une personne à obtenir des informations sur la sexualité et la santé sexuelle peuvent-ils être violés ?
 - Comment la violation des droits sexuels d'une personne peut-elle la rendre plus vulnérable vis-à-vis du VIH et du SIDA ?
 - Comment le fait de négliger ses responsabilités sexuelles peut-il mettre quelqu'un dans une situation à risque par rapport au VIH et au SIDA ?
 - Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous l'appliquer à vos propres relations ?

Clôture

Le respect des droits sexuels est une partie intégrale du respect des droits humains en général. Bien que nous ne soyons pas obligés d'être d'accord avec ni d'approuver les choix d'autres personnes, nous devons respecter le droit de chacun de choisir et d'exprimer sa sexualité de manière égale. Lorsque les droits sexuels ne sont pas respectés, les femmes et les hommes sont plus vulnérables vis-à-vis des IST, du VIH et SIDA. De fait, le respect des droits sexuels, de même que les autres droits, crée une société plus sûre pour tous.

2.8 Orientation sexuelle

Objectif

1. Discuter de l'homosexualité et du concept d'orientation sexuelle.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 7 : Questions sur l'homosexualité et l'orientation sexuelle pour l'ensemble des participants
- Fiche de ressources 7 : Schéma sur le continuum de la sexualité.

Notes de l'animateur

L'orientation sexuelle peut être un sujet extrêmement sensible et il est important que les animateurs acceptent et soient à l'aise avec le sujet. Il pourrait être utile de commencer par identifier les mythes et malentendus communs sur l'orientation sexuelle qui peuvent être traités et intégrés à la discussion. Avant la session, les animateurs doivent faire des recherches sur les lois et mouvements qui promeuvent les droits des personnes et couples homosexuels, de même que les ressources telles que les sites Internet liés à l'orientation sexuelle et les organisations sexuelles qui soutiennent leurs droits. Ils doivent faire part de ces informations aux participants.

Étapes

Partie 1 – 40 minutes

1. Commencez une discussion en demandant au groupe de définir l'orientation sexuelle. Donnez la définition suivante après la discussion :

L'orientation sexuelle représente l'attraction (*préférence*) érotique ou romantique pour :

- Les membres du sexe opposé (*hétérosexualité*)
- Les membres de votre sexe (*homosexualité*)
- Les membres des deux sexes (*bisexualité*)

Expliquez que les homosexuels sont appelés « gays », les homosexuelles, « lesbiennes » et les hétérosexuels, « hétéros ».

2. Admettez le fait que certains participants puissent avoir des valeurs fermement établies sur l'orientation sexuelle. Précisez que vous respecterez le droit de chaque individu à avoir son opinion. Cependant, il est important d'évoquer l'orientation sexuelle car il s'agit d'une question qui relève des droits humains et constitue une facette essentielle de la sexualité. Une fois ces idées formulées, permettez toutes questions éventuelles.

3. Écrivez « Orientation sexuelle » en haut du tableau à feuilles et tracez un trait juste en dessous. Notez « Homosexualité » d'un côté et « Hétérosexualité » de l'autre. Entre les deux, écrivez « Bisexualité ». (Voir la Fiche de ressources 7 : [Schéma du continuum de la sexualité](#).)
4. Utilisez ce schéma pour expliquer que l'orientation sexuelle peut être perçue comme un continuum, de l'homosexualité à l'hétérosexualité, et que l'orientation sexuelle de la plupart des individus se situe dans ce continuum. Bien que les gens disent ne pas pouvoir changer leur orientation sexuelle à volonté, il se peut que l'orientation sexuelle change au cours de la vie. Par conséquent, bien que l'orientation sexuelle puisse évoluer sur le continuum au fil du temps, la plupart des gens changent peu.
5. Expliquez que l'on confond souvent l'orientation sexuelle avec d'autres aspects de la sexualité, tels que les rôles de genre. Pour démontrer ce point spécifique, tracez un deuxième trait sous le premier et intitulez cette nouvelle partie « Rôles de genre ». Intitulez une colonne « Masculin » et l'autre « Féminin ». Expliquez que les rôles de genre relèvent d'attentes sociétales quant à la façon dont les hommes et les femmes doivent agir. Souvent, lorsqu'un homme agit de manière efféminée, il est perçu comme homosexuel, mais cela peut être faux car les rôles de genre et l'orientation sexuelle sont différents. Expliquez que les rôles liés au genre d'une personne peuvent évoluer sur le continuum au fil du temps et changer selon les circonstances.
6. Autre distinction à faire, le comportement sexuel ne permet pas toujours de déterminer l'orientation sexuelle. Pour démontrer ce point spécifique, tracez un troisième trait sous les deux autres et intitulez cette partie « Comportement sexuel ». Appelez une colonne « Rapports sexuels avec les hommes » et l'autre « Rapports sexuels avec les femmes. »
7. Expliquez que les individus qui ont eu une ou plusieurs expériences sexuelles avec des personnes du même sexe ne se définissent pas tous comme homosexuels ou ne sont pas tous considérés comme homosexuels par la société. Par exemple, certains adolescents qui ont des expériences sexuelles avec d'autres garçons (p. ex., la masturbation en groupe) et certains hommes qui ont des relations sexuelles avec d'autres hommes dans des milieux isolés, comme les prisons, ne se considèrent pas et ne sont pas considérés comme des homosexuels. De plus, les individus qui ont des relations sexuelles avec des personnes de même sexe peuvent ne pas être seulement attirés par les personnes du même sexe qu'eux. En effet, des personnes mariées ont des relations homosexuelles en dehors du mariage et se considèrent malgré tout comme hétérosexuels. Les personnes qui ont des relations sexuelles avec des hommes et des femmes peuvent se considérer comme bisexuelles, homosexuelles ou hétérosexuelles.
8. Expliquez qu'une autre distinction repose sur le sexe biologique d'une personne. La plupart des enfants viennent au monde avec le sexe masculin ou féminin. Mais certaines personnes naissent avec des organes génitaux des deux sexes, des organes génitaux sous-développés ou des combinaisons hormonales inhabituelles. On appelle ces personnes « intersexuées », ce qui défie les idées selon lesquelles il existe seulement deux sexes biologiques. Intitulez le continuum suivant « Sexe biologique ». Nommez une partie du continuum du sexe biologique « masculin », l'autre partie « féminin », et notez « intersexué » au milieu. De plus, expliquez que les personnes peuvent avoir recours à la chirurgie ou à des injections hormonales pour changer leur sexe biologique. En conséquence, une personne peut passer d'un côté du continuum à l'autre au cours de son existence.
9. Expliquez que l'identité fondée sur le genre n'est pas toujours équivalente au sexe biologique. Ce point a été discuté durant la session consacrée aux Cercles de la sexualité. Lorsqu'une personne ressent que sa personnalité, son for intérieur, est différent de son sexe biologique, on peut dire qu'elle est « transgenre ». Une telle personne peut décider de porter des vêtements d'un autre genre, de changer son sexe biologique (intervention chirurgicale dénommée « réassignation sexuelle ») ou de ne rien faire du tout. Intitulez un dernier continuum « Identité liée au genre » avec une partie dénommée « Masculin » et l'autre « Féminin ». La catégorie « Transgenre » doit se situer au centre.

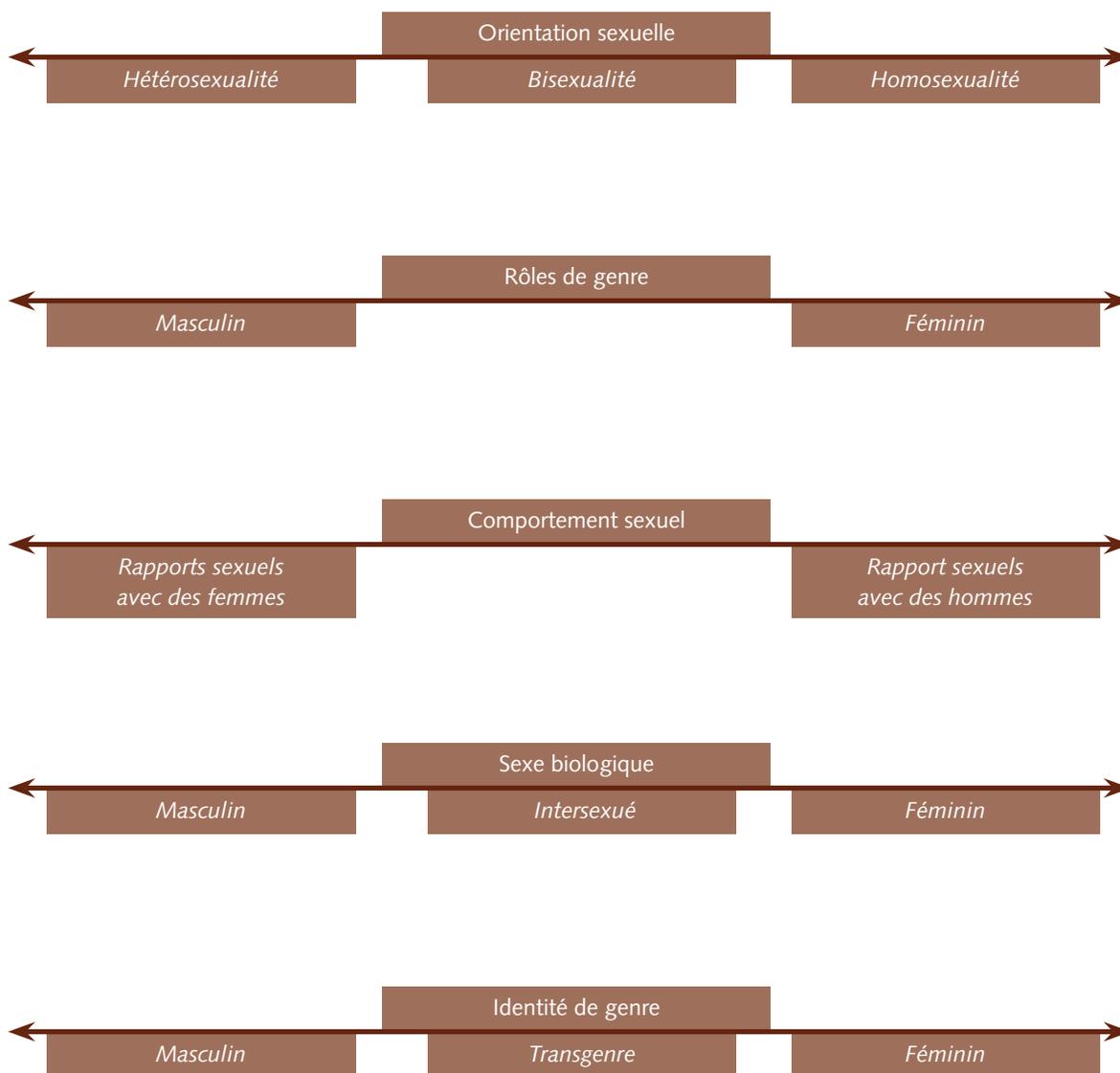
Partie 2 – 20 minutes

1. Expliquez que comme nous avons eu une introduction de base sur les questions relatives à l'orientation sexuelle, nous ouvrirons la session pour permettre aux participants de poser des questions. Demandez au groupe d'écrire toutes les questions qu'ils se posent sur l'orientation sexuelle.
2. Recueillez toutes les questions, lisez-les et répondez-y vous-même ou demandez au groupe d'y répondre. Le polycopié comporte une liste de questions que vous pouvez poser si le groupe n'arrive pas à en trouver. Les réponses suggérées figurent également dans le polycopié. Distribuez le polycopié aux participants à la fin de la session.

Clôture

Tout le monde a une orientation sexuelle, autrement dit, vous êtes attiré/e romantiquement ou sexuellement par les hommes, les femmes ou les deux. Bien que nous ne sachions pas précisément ce qui permet de déterminer l'orientation sexuelle, nous savons qu'elle se détermine très tôt dans la vie, qu'elle n'est pas choisie par la personne et qu'elle ne peut être changée, bien que certaines personnes la cachent en raison des tabous sociaux et de l'homophobie. Les tabous sociaux et l'homophobie peuvent mettre les gays et les lesbiennes dans des situations à risque par rapport à la violence, la discrimination, la dépression, les comportements autodestructeurs comme la toxicomanie et l'abus d'alcool ou le suicide. Par ailleurs, les gays et les lesbiennes peuvent avoir du mal à accéder à des informations et services sur la santé sexuelle à cause des préjugés et de l'opprobre associés à leur sexualité et de la peur, et se retrouver dans des situations à risque par rapport au VIH et au SIDA. Il faut travailler pour dissiper les mythes et promouvoir le respect des droits des femmes et des hommes à exprimer leur orientation sexuelle, sans discrimination.

Fiche de ressources 7 : Schéma sur le continuum de la sexualité



Polycopié 7 :

Questions sur l'homosexualité et l'orientation sexuelle

Qu'est-ce qui fait qu'une personne a une orientation sexuelle spécifique ?

Les scientifiques comprennent mal la manière dont se développe l'orientation sexuelle d'une personne. Différentes théories ont suggéré des sources divergentes pour l'orientation sexuelle, y compris des facteurs relevant de la génétique ou des hormones et les expériences vécues durant la petite enfance. Cependant, de nombreux scientifiques partagent l'idée que l'orientation sexuelle est définie de manière précoce chez la plupart des gens, par le biais d'interactions complexes entre facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.

L'orientation sexuelle résulte-t-elle d'un choix ?

Non, les êtres humains ne peuvent choisir entre l'homosexualité et l'hétérosexualité. L'orientation sexuelle émerge, pour la plupart des gens, durant la prime adolescence, sans expérience sexuelle préalable. Bien que nous puissions choisir d'agir sur nos sentiments, les psychologues ne considèrent pas l'orientation comme un choix conscient pouvant être volontairement changé. Les homosexuels et les bisexuels peuvent vouloir vivre une vie honnête au vu et au su de tout le monde, mais en raison des préjugés envers ces formes de sexualité, beaucoup choisissent de « vivre cachés » en occultant leurs propres sentiments.

L'homosexualité est-elle une maladie mentale ou un problème émotionnel ?

Non. Les psychologues, psychiatres et autres professionnels de la santé mentale sont d'accord pour affirmer que l'homosexualité n'est pas une maladie, un trouble mental ou un problème émotionnel. Les recherches scientifiques ont montré que les personnes qui ont des relations homosexuelles sont aussi équilibrées que celles qui ont des relations hétérosexuelles.

Les lesbiennes, homosexuels et bisexuels peuvent-ils être de bons parents ?

Oui. Les études comparant les groupes d'enfants élevés par des parents homosexuels et par des parents hétérosexuels ne font état d'aucune différences de développement entre ces deux groupes d'enfants dans quatre domaines fondamentaux : intelligence, adaptation psychologique, adaptation sociale et popularité auprès des amis. Il est également important de prendre conscience du fait que les enfants de parents homosexuels ne sont pas plus susceptibles de devenir gay que les enfants de parents hétérosexuels.

Les homosexuels font-ils du mal aux enfants ?

Il n'y a aucune preuve qui suggère que les homosexuels soient davantage susceptibles d'attenter à la pudeur des enfants que les hétérosexuels.

Pourquoi devons-nous parler de cette question ?

L'éducation de tous sur l'orientation sexuelle et l'homosexualité est susceptible de limiter les préjugés anti-gay. Des informations précises concernant l'homosexualité sont particulièrement importantes pour les jeunes qui commencent à découvrir et cherchent à comprendre leur sexualité – qu'ils soient homosexuels, bisexuels ou hétérosexuels. Les craintes selon lesquelles l'accès à ce type d'information rendrait plus de personnes homosexuelles ne sont pas fondées – les informations sur l'homosexualité ne rendent pas les personnes gays ou hétérosexuelles.

3. Les hommes et la santé

3.1 Prendre soin de soi : hommes, genre et santé¹⁹

Objectif

1. Promouvoir une meilleure prise de conscience par rapport aux liens entre la manière dont les hommes sont élevés et les risques sanitaires auxquels ils sont confrontés.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Bouts de papier ou cartes
- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Fiche de ressources 8 : [Questions sur le genre et la santé](#) et Fiche de ressources 9 : [Réponses aux questions sur le genre et la santé](#)

Notes de l'animateur

Les statistiques globales liées aux hommes et certaines questions sanitaires sont fournies dans la Fiche de ressources 9. Il peut être utile que l'animateur complète ces statistiques avec des données locales et / ou nationales, ce qui peut aider les participants à mieux contextualiser les risques sanitaires que les hommes peuvent affronter dans leur propre communauté.

Étapes

1. Avant la séance, écrivez chaque question de la Fiche de ressources 8 sur un bout de papier ou sur une carte. Pour les groupes ayant des difficultés pour lire, l'animateur peut lire les questions à haute voix et les distribuer.
2. Répartissez les participants dans deux ou trois petits groupes, et répartissez les questions entre eux.
3. Expliquez à chaque groupe qu'il y a trois réponses possibles à chaque question : homme, femme ou les deux. Demandez-leur de discuter de chacune des questions qui leur ont été assignées et d'essayer de trouver une réponse en tant que groupe.

¹⁹ Wilson, P and Johnson, J. 1995. Fatherhood development : a curriculum for young fathers. Philadelphia : Public / Private Ventures.

4. Accordez 20 minutes aux groupes pour qu'ils débattent des questions.
 5. Écrivez les questions sur les feuilles du tableau et ensuite lisez chaque question à haute voix ; demandez comment le groupe a répondu et marquez les réponses avec un « X » sur le tableau.
 6. Examinez les réponses du groupe et demandez aux participants d'expliquer leurs réponses.
 7. Une fois que les groupes ont présenté l'ensemble de leurs réponses, expliquez que la bonne réponse à chaque question est « hommes » . Examinez chaque question en présentant certaines des statistiques dans la Fiche de ressources 9 et en utilisant les questions suivantes pour faciliter la discussion :
 - Saviez-vous que les hommes courent plus de risque pour ce type de problème de santé ?
 - Pourquoi pensez-vous que cela est vrai ?
 - Est-il possible pour les hommes d'éviter ce problème sanitaire ? Comment ?
- Note :** L'animateur devrait encourager les participants à réfléchir sur les comportements et les modes de vie liés aux problèmes de santé et la manière dont ils pourraient être prévenus ou changés.
- Note sur le processus :** Bien que les réponses aux questions soient le plus souvent « les hommes », dans certains cadres la réponse à certaines questions peut être « les femmes » ou les deux. Si c'est le cas, l'animateur doit concentrer la discussion sur le fait que la majorité des questions aient pour réponse « les hommes ».
8. Après avoir évoqué chaque question, posez les questions suivantes pour terminer la séance.
 - Voyez-vous ces comportements parmi les hommes dans votre communauté ?
 - Y-a-t-il d'autres problèmes de santé plus courants pour que pour les femmes ?
 - Pendant quelle catégorie d'âge les hommes sont-ils plus à risque pour certains de ces problèmes ?
 - Pourquoi les hommes sont-ils confrontés à ces risques sanitaires ? Quel est le lien entre ces risques et le mode de socialisation des hommes ?
 - Que pouvez-vous faire pour limiter ces risques dans votre propre vie ? Dans la vie d'autres hommes ?

Clôture

La plupart des causes de décès des hommes sont liées à leur mode de vie destructeur. Dans le monde entier, ils font l'objet de pression pour agir de certaines façons. Les hommes prennent par exemple plus de risques, ont plus de partenaires et sont plus agressifs ou violents dans leurs rapports avec les autres – ce qui les met eux et leurs partenaires dans des situations à risque. En tant qu'homme, il est important d'avoir l'esprit critique par rapport à votre mode de vie et la manière dont vous vous mettez dans des situations à risques. Vous avez peut-être été élevé de manière à être autonome, de ne pas vous inquiéter de votre santé et / ou de ne pas chercher à obtenir de l'aide lorsque vous vous sentez stressé. Mais la capacité de parler de vos problèmes et le recours au soutien d'autrui constituent de bons moyens de vous protéger contre les divers problèmes médicaux tels que l'abus de substances, les comportements sexuels à risque et l'implication dans la violence. En réfléchissant à ces normes, vous pouvez vous rendre compte que la santé n'est pas seulement une question féminine, mais aussi une préoccupation masculine, et apprendre comment prendre soin de vous-même.

Fiche de ressources 8 : Questions sur le genre et la santé

Répondre à chacune des questions suivantes par : Hommes, Femmes ou les deux.

1. Qui a la durée de vie la plus courte ?
2. Qui a le plus de chances de mourir à la suite d'un homicide ?
3. Qui a le plus de chances de mourir d'accidents de la circulation ?
4. Qui a le plus de chances de mourir d'un suicide ?
5. Qui a le plus de chances de consommer de l'alcool et de se soûler ?
6. Qui a le plus de chances de mourir d'une overdose (utilisation excessive d'une substance psychotrope) ?
7. Qui a le plus de chances d'avoir des infections sexuellement transmissibles (IST) ?
8. Qui a le plus de chances d'avoir davantage de partenaires sexuels et de rapports sexuels non protégés ?
9. Qui a le moins de chances d'avoir recours à des services de santé ?

* Dans les milieux ruraux où certaines questions peuvent ne pas être pertinentes, les animateurs doivent choisir des questions plus adaptées et faire des recherches sur les réponses correctes.

Fiche de ressources 9 :

Fiche de réponses sur le genre et la santé

Qui a la durée de vie la plus courte ?

- Globalement, l'espérance de vie des hommes est de 65 ans pour les hommes et de 69 ans pour les femmes.²⁰

Qui meurt le plus souvent à la suite d'un homicide ?

- Mondialement, environ huit décès sur 100 parmi les hommes sont dus à un homicide. Parmi les femmes, deux décès sur 100 sont dus à un homicide.²¹

Qui meurt le plus souvent en raison d'accidents de la circulation ?

- Mondialement, 28 hommes sur 100 000 et 11 femmes sur 100 000 meurent à cause d'un accident de la circulation. En d'autres termes, près de trois fois plus d'hommes meurent des suites de blessures causées par des accidents de la circulation.²²

Qui meurt le plus souvent des suites d'un suicide ?

- Mondialement, le taux de suicide masculin est 3,6 fois plus élevé que celui des femmes.²³

Qui consomme le plus d'alcool et s'enivre le plus souvent ?

- Mondialement, les pourcentages de consommation épisodique sévère d'alcool sont plus élevés chez les hommes que chez les femmes.²⁴

Qui meurt le plus souvent des suites d'overdoses (abus de substances psychotropes) ?

- Mondialement, chez les jeunes âgés de 15 à 29 ans, les hommes ont plus de chances que les femmes de mourir d'abus d'alcool.²⁵

Qui souffre le plus d'IST ?

- Mondialement, les cas de gonorrhée et de syphilis sont plus fréquents chez les hommes et les cas de trichomonose et de chlamydia sont plus fréquents chez les femmes.²⁶

Qui a le plus de partenaires sexuels et le plus de rapports sexuels non protégés ?

- Mondialement, les hommes déclarent avoir plus de partenaires que les femmes, sauf dans certains pays industrialisés.²⁷

Qui a moins de chances d'avoir recours à des services de santé ?

- Mondialement, les hommes ont moins de chances d'avoir recours à des services de santé que les femmes.²⁸

20 Population Reference Bureau. 2006. World Population Datasheet. Washington D.C. (Données sur la population)

21 Organisation Mondiale de la Santé. 2002. Rapport mondial sur la violence et la santé. Genève, Suisse.

22 Ibid.

23 Bertolote, J M and Fleischmann, A. 2002. A global perspective in the epidemiology of suicide. *Suicidologi, Arg.* 7, No 2. (Une perspective globale sur l'épidémiologie du suicide).

24 Organisation Mondiale de la Santé. 2004. Global status report on alcohol. Genève, Suisse (Statut global sur l'alcool)

25 Ibid.

26 Organisation Mondiale de la Santé. 2001. Global prevalence and incidence of selected curable sexually transmitted infections. Genève, Suisse. (Prévalence et incidence globale de certaines infections sexuellement transmissibles guérissables).

27 Wellings, K., et al. 2006. Sexual behavior in context : a global perspective. *The Lancet* 368 (9548) :1706-1728.

28 Addis, M and Mahalik, J. 2003. Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *Am Psychol.* 58(1) :5-14. (Hommes, masculinité et les contextes de recours à l'aide)

3.2 Les corps des hommes et des femmes

Objectif

1. Développer la prise de conscience et les connaissances des systèmes reproductifs et des organes génitaux masculin et féminin.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ; **Ressources** : élevées

Durée

90 minutes

Supports

- Petites feuilles de papier ou cartes, stylos / crayons à papier
- Fiche de ressources 10 : [Le système reproductif et l'appareil génital masculins](#) ; Fiche de ressources 11 : [Le système reproductif et l'appareil génital interne féminins](#) et Fiche de ressources 12 : [Le système reproductif et l'appareil génital externe féminins](#)
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 8 : [Le système reproductif et l'appareil génital masculins](#) du Polycopié 9 : [Le système reproductif et l'appareil génital interne féminins](#) et du Polycopié 10 : [Le système reproductif et l'appareil génital externe féminins](#) pour l'ensemble des participants

Préparation

Avant la session, écrivez les mots suivants sur des petites feuilles de papier ou des cartes : canal déférent, pénis, urètre, épидидyme, testicules, scrotum, prostate, vésicules séminales, vessie. Sur les mêmes feuilles de papier, écrivez les définitions de chaque mot telles qu'elles sont présentées dans le Polycopié 8 : [Le système reproductif et l'appareil génital masculins](#). Sur d'autres petites feuilles ou cartes, écrivez les mots suivants : ovaire, trompes de Fallope, utérus, col de l'utérus, vagin, lèvre extérieure, lèvre intérieure, ouverture vaginale, clitoris et ouverture urétrale. Sur les mêmes feuilles de papier, écrivez les définitions de chacun de ces mots, comme présentées dans le Polycopié 9 : [Le système reproductif et l'appareil génital interne féminins](#) et le Polycopié 10 : [Le système reproductif et l'appareil génital externe féminins](#).

Notes de l'animateur

Les animateurs devront déterminer le niveau de détail adapté au groupe. Pour certains participants, cette session servira de bref rappel. Cependant, une bonne partie de ces informations seront nouvelles pour l'auditoire. De plus, il est possible que beaucoup de participants aient une compréhension de base de l'anatomie et de la physiologie, mais n'aient peut-être jamais eu l'occasion de poser des questions élémentaires. Si les informations sont trop élémentaires pour certains, encouragez-les à donner des informations à ceux qui connaissent moins bien le sujet. Il est important de se souvenir que certains participants ne sont pas à l'aise pour poser des questions sur les corps des hommes et des femmes et leurs appareils génitaux. Si c'est le cas, invitez-les à noter leurs questions sur de petites feuilles de papier, qui pourront ensuite être ramassées et lues à haute voix pour la discussion.

Étapes

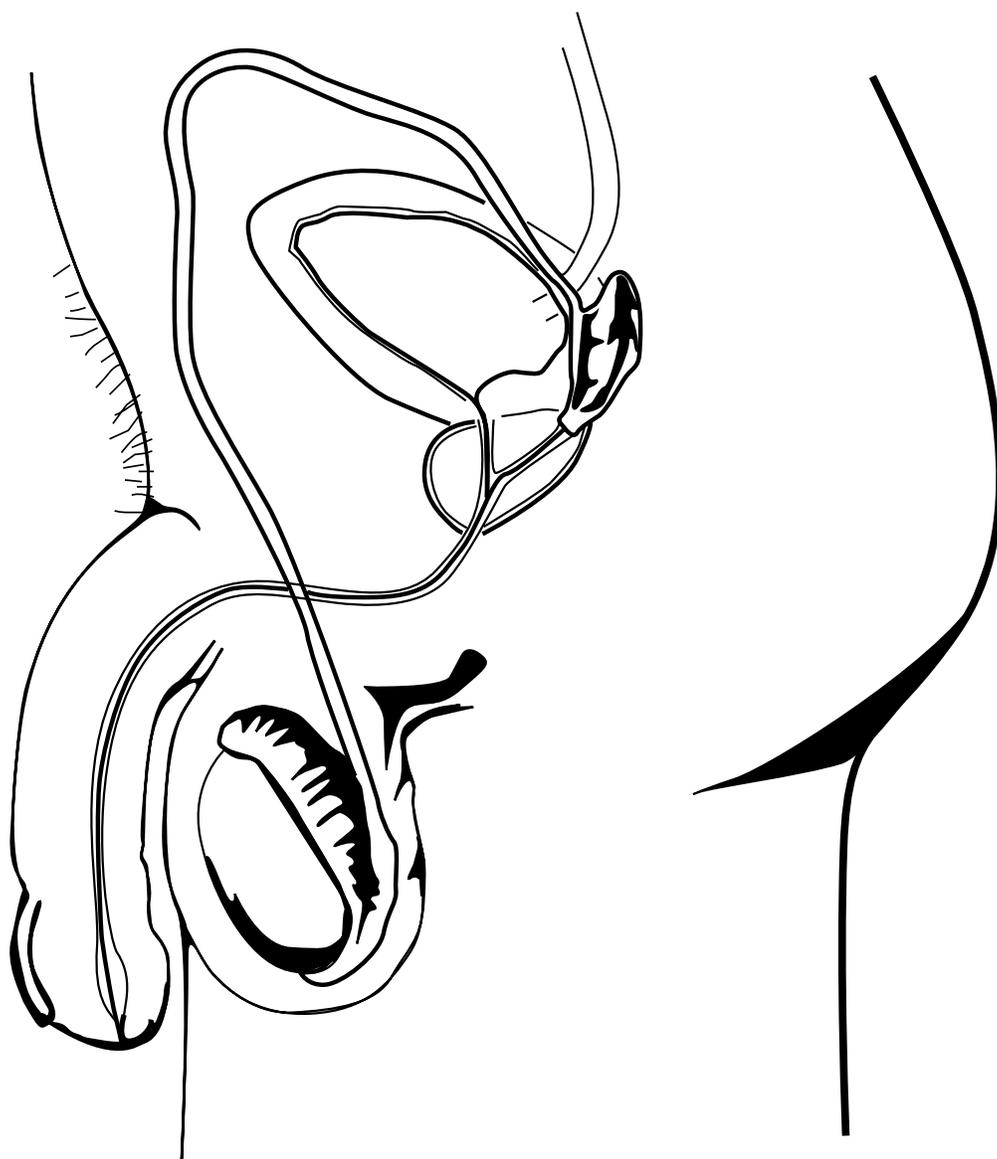
1. Au début de la session, divisez les participants en deux groupes. Donnez un exemplaire de la Fiche de ressources 10 ainsi que les documents comportant les noms et descriptions du système reproductif masculin à un groupe. Donnez un exemplaire de la Fiche de ressources 11 ainsi que les documents comportant les noms et descriptions du système reproductif féminin à l'autre groupe.
2. Dites à chaque groupe de lire les mots et descriptions qu'il a reçus et d'essayer de donner un nom à chaque partie des illustrations des systèmes reproductifs et des appareils génitaux masculins et féminins.
3. Accordez-leur 10 minutes pour discuter les illustrations et identifier les différentes parties.
4. Demandez-leur de présenter leurs images et d'expliquer leurs réponses. Pendant que chaque groupe fait sa présentation, invitez l'autre à poser des questions et à faire des corrections.
5. Distribuez des exemplaires des Polycopiés 8, 9 et 10 aux participants et examinez le contenu avec eux.
6. Examinez la Fiche de ressources 12. Même si les participants ne posent pas ces questions, il est important qu'ils disposent de ces informations.
7. Terminez la discussion en posant les questions qui figurent ci-dessous :
 - Quels ont été les organes génitaux les plus difficiles à identifier ? Pourquoi ? Pensez-vous qu'il est important pour les hommes de connaître le nom et la fonction des organes génitaux masculins ? Pourquoi ?
 - Pensez-vous qu'il est important pour les hommes de connaître le nom et la fonction des organes génitaux féminins ? Pourquoi ?
 - Les hommes ont-ils en général des informations sur ces sujets ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Que pouvez-vous faire pour vous assurer que les jeunes de votre communauté aient des informations plus précises sur ces sujets ?

Clôture

Beaucoup d'hommes ne connaissent pas bien leurs propres corps, et ils ne trouvent pas nécessaire de consacrer du temps à les comprendre. Comme vous continuerez à en discuter dans d'autres ateliers, ce manque de connaissance de son propre corps et de son fonctionnement ont des effets indésirables sur l'hygiène et la santé. Par ailleurs, il est important que les hommes aient des informations sur le système reproductif féminin, de façon à ce qu'ils puissent être impliqués dans les discussions et les décisions relatives à la planification familiale et aux thèmes liés.

Fiche de ressources 10 : Le système reproductif masculin

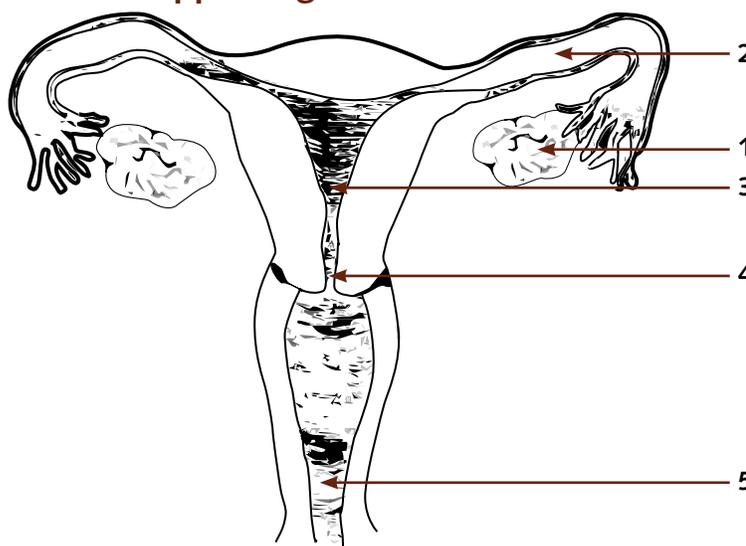
Le système reproductif masculin



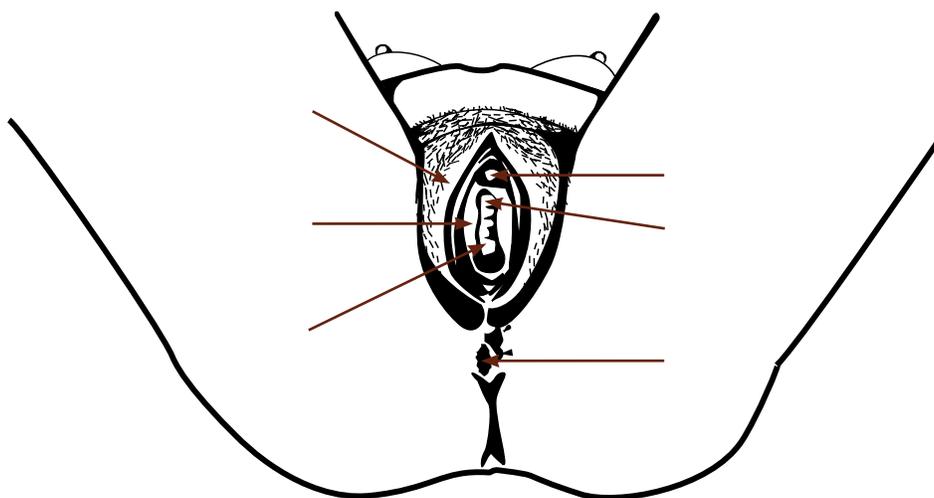
Fiche de ressources 11 : Le système reproductif féminin

Le système reproductif féminin

Appareil génital interne



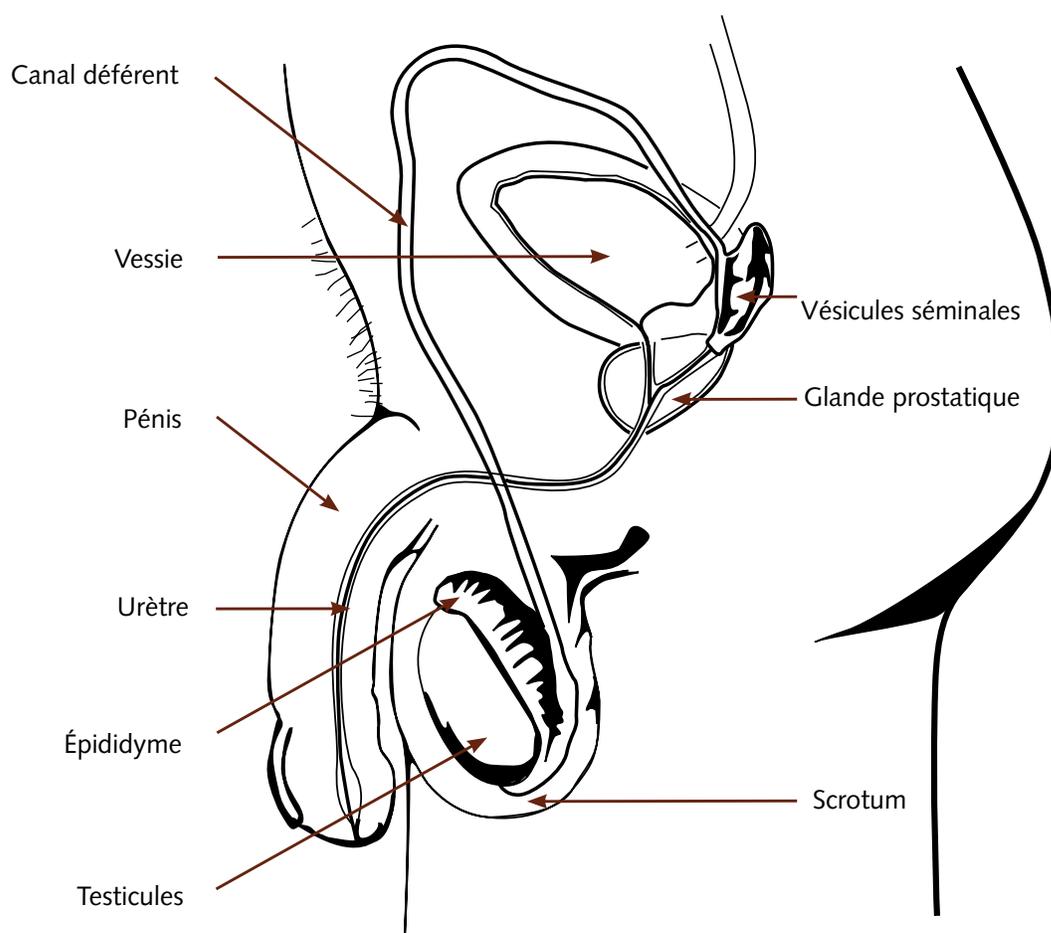
Appareil génital externe



Plycopié 8 :

Le système reproductif et l'appareil génital masculins²⁹

Le système reproductif et l'appareil génital masculins



²⁹ Knebel, E. 2003. My changing body : fertility awareness for young people. Washington, D.C : Institute for Reproductive Health and Research Triangle Park, North Carolina : Family Health International. (Mon corps changeant : la connaissance de la fertilité pour les jeunes).

A partir de la puberté, les **spermatozoïdes** sont continuellement produits dans les **testicules**, qui se situent dans le scrotum. Alors que les spermatozoïdes mûrissent, ils se déplacent vers l'**épididyme**, où ils restent pour mûrir pendant environ deux semaines. Les spermatozoïdes quittent l'**épididyme** et entrent dans le canal déférent. Ces canaux passent par les **vésicules séminales** et la **glande prostatique** qui libère des liquides qui se mélangent avec les spermatozoïdes pour devenir du **sperme**. Durant l'éjaculation, le sperme traverse le **pénis** et sort du corps par le biais de l'**urètre**, le même canal qui transporte l'urine. L'**ouverture urétrale** permet d'uriner ou d'éjaculer.

Mots clefs.

Canal déférent : tube long et fin qui transporte le sperme depuis l'épididyme

Éjaculation : expulsion du sperme du pénis.

Épididyme : organe dans lequel les spermatozoïdes mûrissent après avoir été produits dans les testicules.

Glande prostatique : glande qui produit un liquide laiteux qui permet aux spermatozoïdes de circuler et faire partie du sperme.

Ouverture urétrale (urinaire) : point départ de la miction chez un homme.

Pénis : organe masculin en forme de tube qui est utilisé pour uriner ou pour la stimulation sexuelle. La taille du pénis varie d'un homme à l'autre. Il est mou et flasque la plupart du temps. En période d'excitation sexuelle, le tissu spongieux se remplit de sang et le pénis augmente de volume et s'endurcit, il s'agit d'un processus dénommé érection. Pendant l'acte sexuel, lorsqu'il est extrêmement stimulé, le pénis expulse un liquide appelé sperme qui contient des spermatozoïdes. L'éjaculation produit une sensation de plaisir intense appelée orgasme.

Prépuce : il s'agit de la peau et de la muqueuse qui recouvrent le gland du pénis. Lorsque le pénis est en érection, le prépuce se replie, en découvrant le gland. L'impossibilité de rétracter le prépuce s'appelle un phimosis, une condition potentiellement douloureuse pendant les rapports sexuels et nuisible à l'hygiène personnelle. Le phimosis peut être facilement traité par des interventions chirurgicales en utilisant un anesthésiant local. Dans certaines cultures ou certains pays, ou dans certaines familles, le prépuce des garçons subit une ablation dénommée circoncision. Lorsque le prépuce n'a pas fait l'objet d'une ablation, il est important de le nettoyer chaque jour.

Scrotum : poche de peau située derrière le pénis qui contient les testicules. Son apparence varie en fonction de l'état de contraction ou de relaxation des muscles. À faible température, par exemple, il se contracte et se ride et à haute température, il devient plus souple et s'étire.

Semence : liquide expulsé par le pénis pendant l'éjaculation.

Sperme : fluide organique sécrété par les organes sexuels masculins. Le chemin du sperme : le sperme se déplace des testicules vers l'épididyme où ils restent pour mûrir durant environ 14 jours. De là, le sperme se déplace dans le canal déférent qui transporte le sperme vers l'urètre. À ce stade, les vésicules séminales sécrètent un liquide consistant qui donne de l'énergie au sperme. La prostate sécrète également un liquide qui aide le sperme à circuler. Le mélange de spermatozoïdes et de ces deux liquides est appelé sperme. Durant l'excitation sexuelle, les glandes de Cowper sécrètent un liquide clair qui se déverse dans l'urètre. Ce liquide connu comme pré éjaculatoire fait office de lubrifiant pour le sperme et protège l'urètre. Durant la phase d'excitation sexuelle, une éjaculation peut avoir lieu. La petite quantité de sperme expulsée (qui équivaut à une ou deux cuillérées à café) peut contenir jusqu'à 400 millions de spermatozoïdes.

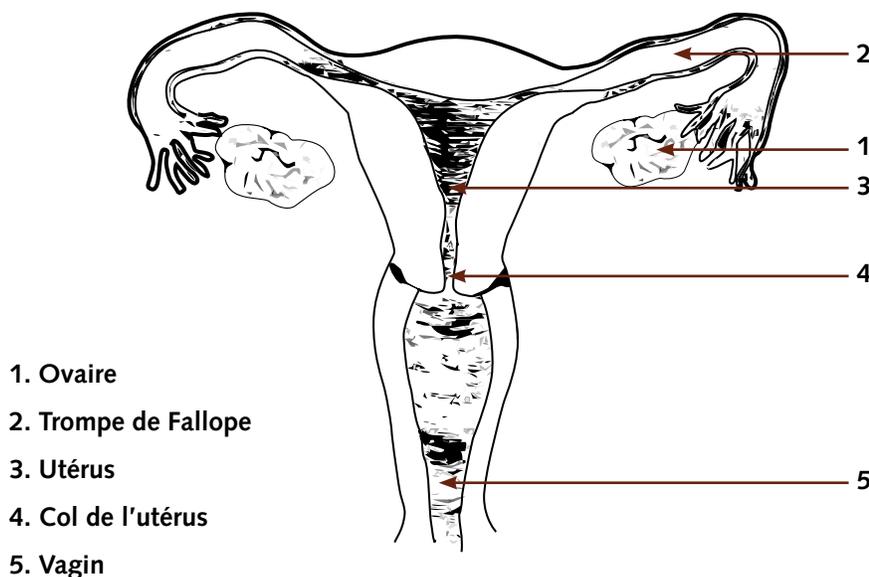
Testicules : glandes reproductrices masculines, qui sont situées dans le scrotum et sécrètent le sperme. Une des hormones sécrétée est la testostérone, à l'origine des caractéristiques masculines secondaires telles que l'épaisseur de la peau, la pilosité du visage, le ton de la voix et les muscles. Les testicules ont la forme de deux œufs et pour les sentir, il suffit de toucher le scrotum. Il s'agit d'organes externes car le sperme ne peut être sécrété qu'à une température inférieure à la température normale du corps. Le scrotum se détend lorsqu'il fait chaud et il se ride lorsqu'il fait froid afin de réguler la température idéale pour la sécrétion de sperme. En général, le testicule gauche pend davantage par rapport au droit. Il est important de s'administrer un examen une fois par mois par prévention. Faites rouler les testicules entre les doigts. Toute grosseur, tout gonflement ou toute douleur doit immédiatement être examinée par un médecin.

Urètre : canal de sortie de la vessie qui transporte l'urine jusqu'à l'ouverture urinaire. Chez les hommes, l'urètre permet le passage du sperme.

Vésicules Séminalles : petites glandes qui sécrètent un liquide épais et collant qui donne de l'énergie au sperme.

Polycopié 9 : Le système reproductif et l'appareil génital interne féminins³⁰

Le système reproductif et l'appareil génital interne féminins



Chaque femme vient au monde avec des milliers d'ovules dans ses **ovaires**. Les ovules sont si minuscules qu'ils ne peuvent pas être vus à l'œil nu. Une fois qu'une fille atteint la puberté, un ovule microscopique mûrit dans un des ovaires et se déplace ensuite à travers une **trompe de Fallope** pour arriver dans l'**utérus**. Cette expulsion de l'ovule à partir de l'ovaire est appelée **ovulation**. L'utérus se prépare à l'arrivée de l'ovocyte en développant une muqueuse épaisse et molle identique à un coussin. Si la jeune fille a eu des relations sexuelles au cours des jours précédant l'ovulation, avant que l'ovocyte arrive dans la trompe de Fallope, il peut y avoir du sperme qui attend de féconder l'ovocyte. En cas de rencontre de l'ovocyte et du sperme (appelée **fécondation**), l'ovocyte se déplace vers l'utérus, se colle à la muqueuse de l'utérus pour y rester durant les neuf mois qui suivent, devient un embryon et ensuite un fœtus. Si l'ovocyte n'est pas fécondé, l'utérus n'a pas besoin de la muqueuse épaisse qu'il a fabriquée pour protéger l'ovule. Il expulse la muqueuse avec du sang, des pertes et l'ovocyte non fécondé. Tout cela coule de l'utérus et ensuite du vagin. Ce flux de sang est dénommé « règles » ou **menstruation**.

30 Knebel, E. 2003. My changing body : Fertility awareness for young people. Washington, DC : Institute for Reproductive Health and Research Triangle Park, North Carolina : Family Health International. (Mon corps changeant : la connaissance de la fertilité pour les jeunes).

Mots clefs

Col de l'utérus : portion du bas de l'utérus qui se prolonge dans le vagin. Le col de l'utérus peut être sujet à un cancer. Par conséquent, il est important que les femmes subissent des tests de dépistage du cancer de l'utérus à chaque fois que cela est possible.

Fécondation : rencontre entre l'ovocyte et le spermatozoïde.

Menstruation (règles) : perte de sang et de sécrétions issus de l'endomètre.

Ovaires : deux gonades qui contiennent des milliers d'ovules. Les ovaires commencent à produire des hormones et expulsent un ovocyte une fois par mois lorsqu'une femme arrive à la puberté.

Ovulation : libération périodique d'un ovule mûr par l'ovaire.

Sécrétion : processus par lequel des glandes libèrent certains fluides dans le sang ou à l'extérieur du corps.

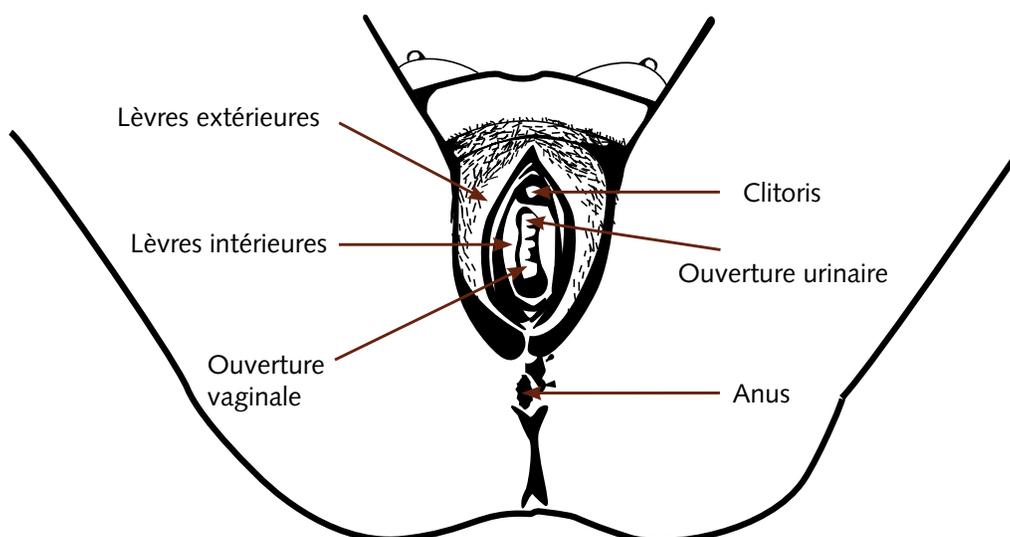
Trompes de Fallope : trompes qui transportent l'ovule des ovaires vers l'utérus. Un ovule (cellule reproductrice) passe par les trompes de Fallope une fois par mois. Si les spermatozoïdes sont présents dans les trompes de Fallope, l'ovule peut être fécondé.

Utérus : petit organe musculaire creux de l'appareil génital féminin où est placé et nourri le fœtus à partir de son implantation jusqu'à la naissance. L'utérus a la taille du poing d'une femme. L'endomètre s'épaissit chaque mois lorsqu'il se prépare à une grossesse éventuelle. Si un ovule est fécondé, il sera implanté dans l'endomètre. L'utérus est remarquablement élastique et son volume peut augmenter substantiellement par rapport à sa taille initiale durant la grossesse.

Vagin : canal qui forme un passage entre l'utérus à l'extérieur du corps. Il s'agit d'un tube musculaire de 7 à 10 centimètres de long. Le vagin est souvent appelé canal de la naissance car c'est par lui que passe le bébé lors d'un accouchement normal. C'est au niveau du vagin qu'a lieu le rapport sexuel. Si une femme n'est pas enceinte, les règles passent par le vagin une fois par mois. Les règles sont composées de cellules, de mucus et de sang.

Polycopié 10 : Le système reproductif et l'appareil génital externe féminins³¹

Le système reproductif et l'appareil génital externe féminins



L'appareil génital externe comprend deux types de repli cutané : les **grandes lèvres** (ou **lèvres extérieures**) et les **petites lèvres** (ou **lèvres internes**). Les lèvres couvrent et protègent l'ouverture vaginale. Les petites et grandes lèvres se rassemblent au niveau du pubis. Le **clitoris**, qui a une forme cylindrique, se situe au sommet des petites lèvres. Il a les mêmes tissus que le gland du pénis et il est très sensible. L'**urètre** est un petit tube qui transporte l'urine de la vessie vers l'extérieur. L'urine est expulsée par le biais de l'ouverture urétrale ou urinaire. L'**ouverture vaginale** est l'endroit d'où sortent les règles. L'ouverture urétrale et l'**ouverture vaginale** forment le **vestibule**. Globalement, les organes génitaux externes de la femme sont appelés **la vulve**.

³¹ Knebel, E. 2003. My changing body : Fertility awareness for young people. Washington, D.C : Institute for Reproductive Health and Research Triangle Park, North Carolina : Family Health International. (Mon corps changeant : la connaissance de la fertilité pour les jeunes).

Mots clefs.

Clitoris : petit organe sensible à la stimulation et situé au-dessus de l'urètre, où les plis des grandes lèvres se rejoignent et l'entourent.

Grandes lèvres (lèvres externes) : deux replis cutanés (un de chaque côté de l'ouverture vaginale) qui couvrent et protègent les structures génitales, y compris le vestibule.

Mont du pubis : coussin de masse graisseuse qui couvre l'os pubien. Les poils pubiens poussent sur cette zone.

Ouverture urétrale (urinaire) : point à partir duquel une femme urine.

Ouverture vaginale : ouverture du vagin d'où s'évacue le sang de la menstruation.

Petites lèvres (lèvres internes) : deux replis cutanés entre les grandes lèvres qui s'étendent du clitoris de chaque côté des ouvertures urétrales et vaginales.

Urètre : petit tube qui transporte l'urine de la vessie (où se trouve l'urine) vers l'extérieur du corps.

Vestibule : zone de l'appareil génital externe de la femme qui comprend les ouvertures vaginale et urétrale.

Vulve : les organes génitaux externes de la femme, y compris les grandes lèvres, les petites lèvres, le clitoris et le vestibule.

Fiche de ressources 12 : Questions courantes sur le système reproductif et l'appareil génital masculins³²

Q. Qu'est-ce que la masturbation ?

R. La masturbation consiste à caresser ou stimuler ses organes sexuels – pénis, vagin ou seins – afin d'avoir du plaisir ou d'exprimer des sentiments sexuels. Les hommes et les femmes peuvent assouvir leurs sentiments sexuels et avoir du plaisir sexuel par le biais de la masturbation. Aucune donnée scientifique n'indique que la masturbation est nuisible au corps ou à l'esprit. La masturbation ne représente un problème médical que lorsqu'elle ne permet pas à la personne de fonctionner correctement ou lorsqu'elle est pratiquée en public. Cependant, il y a de nombreuses barrières religieuses et culturelles vis-à-vis de la masturbation. Le choix de se masturber relève d'une décision personnelle.

Q. Le sperme et l'urine sont-ils expulsés du corps au même moment ?

R. Certains garçons s'inquiètent au sujet de cette question car le même passage est utilisé à la fois pour l'urine et le sperme. Une valve située à la base de l'urètre empêche l'urine et le sperme de passer par ce canal au même moment.

Q. Quelle est la bonne taille d'un pénis ?

R. La longueur moyenne du pénis en érection est de 11 à 18 centimètres. Il n'y a pas de taille, de forme ou de longueur standard de pénis. Certains sont gros et petits. D'autres sont longs et maigres. Il n'est pas vrai qu'un gros pénis est un bon pénis.

Q. Est-il normal d'avoir un testicule qui pende plus que l'autre ?

R. Oui. Les testicules de la plupart des hommes pendent de manière inégale.

Q. Est-il problématique que le pénis se courbe un petit peu ?

R. Il est normal pour un garçon ou un homme d'avoir un pénis qui se courbe, il redevient normal en cas d'érection.

Q. Que sont ces bosses sur le gland du pénis ?

R. Ces bosses sont des glandes qui produisent un liquide blanchâtre. Cette substance aide le prépuce à se replier doucement sur le gland. Cependant si cette substance s'accumule sous le prépuce, elle peut causer une mauvaise odeur ou une infection. Il est important que la zone située sous le prépuce soit toujours très propre.

32 Knebel, E. 2003 My changing body : Fertility awareness for young people. Washington, DC : Institute for Reproductive Health and Research Triangle. Park, North Carolina : Family Health International.

Q. Comment peut-on empêcher une érection en public ?

R. C'est un phénomène normal. Même si vous pouvez penser que c'est embarrassant, essayez de vous souvenir que la plupart des gens ne remarqueront même pas l'érection à moins que vous n'attiriez leur attention sur ce fait.

Q. Est-ce qu'un garçon perd tout son sperme lors de pollutions nocturnes ou d'une éjaculation ?

R. Non. Le corps masculin fabrique du sperme durant toute sa vie.

Q. Est-ce que la circoncision masculine réduit le risque de contracter le VIH ?

R. Il y a maintenant des données probantes solides indiquant que la circoncision masculine réduit d'environ 60% le risque d'infection par le VIH chez les hommes lors de rapports hétérosexuels.^{33 34} Cependant, la circoncision n'apporte pas une protection à 100% contre l'infection VIH. Les hommes circoncis peuvent toujours être infectés par le virus et, s'ils sont séropositifs, ils peuvent infecter leurs partenaires sexuels. La circoncision masculine ne doit jamais remplacer d'autres méthodes de prévention efficace.

33 Bailey, RC et al., 2007. Male circumcision for HIV prevention in young men in Kisumu, Kenya : a randomised controlled trial. *Lancet* 369 (9562) :643-56.

34 Gray, RH et al., 2007. Male circumcision for HIV prevention in men in Rakai, Uganda : a randomised trial. *Lancet* 369 (9562) :657-66.

3.3 La santé des hommes

Objectif

1. Discuter de la manière dont les normes de genre influencent les problèmes de santé les plus communs chez les hommes et passer en revue les pratiques d'hygiène de base.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Petites feuilles de papier
- Ruban adhésif
- Marqueurs
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 11 : Pratiques en matière d'hygiène pour les hommes pour l'ensemble des participants.

Notes de l'animateur

Si possible, il serait intéressant que cette activité soit suivie par la visite d'une structure médicale locale où les hommes pourraient rencontrer des professionnels de la santé et parler avec eux.

Étapes

1. Donnez aux participants deux petites feuilles de papier et demandez-leur d'écrire deux **caractéristiques** propres à un homme (une par feuille). Demandez-leur de conserver les feuilles pour les utiliser plus tard pendant l'exercice.
2. Attachez ensemble deux ou trois feuilles de tableau à feuilles avec du ruban adhésif, et demandez à un volontaire de servir de modèle pour faire la présentation d'un corps.
3. Une fois qu'un/e volontaire a dessiné le contour du corps, demandez au groupe de compléter le dessin pour faire de la personne représentée un homme jeune ; lui donner un visage, des vêtements et une personnalité. Par exemple, qu'aime-t-il faire pour se divertir, ou que fait-il le week-end ? Tout le monde devrait participer à cet exercice. Demandez aux participants de donner un nom à l'homme qu'ils ont dessiné.
4. Ensuite, dessinez le contour d'un autre corps sur deux ou trois feuilles de tableau à feuilles. Demandez à un/e volontaire de compléter l'illustration en ajoutant l'appareil génital sur le corps (voir le Polycopié 8 de l'activité précédente). Si les participants sont trop embarrassés pour le faire, l'animateur / animatrice peut s'en charger.
5. Lorsque les deux dessins sont complets, donnez deux petites feuilles de papier aux participants et demandez-leur d'écrire deux problèmes / besoins sanitaires auxquels les hommes sont fréquemment confrontés (un par feuille de papier).

6. Lorsqu'ils ont terminé, demandez à tous les participants de lire à haute voix les noms des problèmes / besoins sanitaires et de placer les feuilles de papier correspondantes sur la partie du corps où le problème se manifeste. Cela n'est pas grave si certains problèmes sont répétés.
7. Ensuite demandez aux participants de lire à haute voix les caractéristiques qu'ils ont notées au début de l'activité et placez le papier sur le corps, à côté du problème / besoin auquel la caractéristique est liée. Rappelez-leur l'activité précédente et ce dont ils ont discuté par rapport à la socialisation et les risques de problèmes sanitaires auxquels les hommes sont confrontés. Par exemple, le fait que les hommes aient plusieurs partenaires sexuels peut être accroché à côté de l'aîne pour montrer le lien avec le risque d'IST.
8. Informez-vous auprès des participants pour voir s'ils identifient l'alcoolisme, la violence, le suicide, le VIH et le SIDA et l'abus de substances psychotropes comme des problèmes de santé. S'ils ne les ont pas évoqués, demandez si les hommes de leur communauté sont confrontés à ces problèmes.
9. Posez les questions ci-dessous afin d'animer la discussion :
 - Quels sont quelques-uns des problèmes / besoins auxquels les hommes sont confrontés ?
 - Quelles sont les causes de ces problèmes de santé ? Quelles en sont les conséquences ?
 - Y a-t-il une relation entre les besoins sanitaires des hommes et les caractéristiques de la masculinité que nous avons identifiées ?
 - En quoi le rôle d'un homme dans sa famille et sa communauté affecte-t-il sa santé ?
 - Les hommes et les femmes prennent-ils soin de leurs corps et de leur santé de la même façon ? Comment les hommes prennent-ils soin de leur santé ?
 - Quand les hommes sont malades, que font-ils ? Vont-ils se faire soigner dès qu'ils se sentent indisposés, ou attendent-ils ? Qu'en est-il des femmes ? Les hommes font-ils le test de dépistage du VIH aussi fréquemment que les femmes ? Pourquoi ?
 - Qu'est-ce que l'hygiène ? Quel type d'hygiène personnelle les hommes doivent-ils pratiquer ? (révision du Polycopié 11)
 - Où les hommes de votre communauté peuvent-ils poser des questions sur la santé ou recourir à des services pour leurs problèmes de santé ?
 - Que pouvez-vous faire dans vos vies personnelles pour mieux prendre soin de votre santé ? Que pouvez-vous faire pour encourager les autres hommes à mieux prendre soin de leur santé ?

Clôture

Comme évoqué dans cette session ou les précédentes, il y a un lien évident entre la manière dont les hommes sont élevés et si, ou comment, ils se préoccupent de leur santé. Beaucoup d'entre eux, pour montrer leur masculinité, ne se soucient pas de leur santé car ils pensent que prendre soin de son corps ou être trop préoccupé par sa santé sont des tendances féminines. Ces types d'attitudes et de comportements sont appris très tôt et ont un impact sur la santé des hommes durant toute leur vie. C'est la raison pour laquelle il est essentiel que les hommes apprennent l'importance de prendre soin d'eux-mêmes et adoptent des pratiques d'hygiène de base. De telles pratiques ont des avantages pour les hommes et leurs partenaires. Ce point sera examiné de façon plus détaillée dans les activités portant sur les rapports sexuels plus sûrs ainsi que le VIH et le SIDA.

Polycopié 11 :

Bonnes pratiques en matière d'hygiène pour les hommes³⁵

Se laver

Le fait de se laver aide à rester propre, à éviter des infections et des maladies. Il faut se laver avec de l'eau et du savon une ou deux fois par jour. Il faut se laver les mains avant et après les repas. Il faut se laver les mains après avoir été aux toilettes pour prévenir le développement de bactéries et d'infections. Se laver le visage au moins deux fois par jour avec du savon et de l'eau peut aider à prévenir l'acné ou en atténuer les effets.

Sentir bon

Utiliser du déodorant, du talc ou des produits les plus communs dans votre pays pour sentir bon des aisselles (sous les bras).

Cheveux

Faites des shampoings régulièrement pour que vos cheveux restent propres. Vous pouvez le faire tous les deux, trois jours ou une fois par semaine. Cela dépend de la culture de votre pays et de votre choix.

Dents et bouche

Utilisez ce qui est le plus courant dans votre pays pour vous brosser les dents deux fois par jour, y compris avant d'aller vous coucher chaque soir. En se brossant les dents, on évite les caries et les dents pourries. Les dentifrices au fluor peuvent aider à rendre vos dents plus solides.

Sous-vêtements

Il faut porter des sous-vêtements propres chaque jour afin d'éviter les infections et de faire en sorte que la zone de l'appareil génital reste propre.

Zone génitale

Il est important de laver et nettoyer son pénis chaque jour. Il faut laver le scrotum, entre le scrotum et les cuisses, entre les fesses et l'anus avec du savon et de l'eau chaque jour. Pour les hommes non circoncis, il faut repousser le prépuce et nettoyer soigneusement. L'absence de circoncision n'est pas en soi non hygiénique, mais les hommes non circoncis doivent davantage prendre soin de leur hygiène intime. Pour tous les hommes, il est important de laver et nettoyer leur pénis et la zone proche de l'anus chaque jour.

³⁵ Knebel, E. 2003. My changing body : fertility awareness for young people. Washington, D.C : Institute for Reproductive Health and Research Triangle Park, North Carolina : Family Health International.

4. Consommation de substances psychotropes

4.1 Que sont les drogues ?

Objectif

1. Discuter les différents types de drogues et la manière dont elles sont perçues et utilisées par la société.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Quatre feuilles de papier du tableau à feuilles
- Ruban adhésif
- Marqueurs
- Fiche de ressources 13 : [Que sont les drogues ?](#)

Préparation

Avant la session, écrivez chacune des questions suivantes sur une feuille de papier de tableau à feuilles différente :

- Qu'est-ce qui vient à l'esprit lorsque vous entendez le mot « drogues » ?
- Qui prend de la drogue ?
- Donnez des exemples de drogues et l'endroit où on peut les trouver.
- Quels sont les risques associés à l'utilisation de drogues surtout par rapport au VIH ?

Accrochez une feuille à chaque angle de la pièce.

Étapes

1. Au début de la session, divisez les participants en quatre groupes.
2. Attribuez une des quatre questions à chaque groupe. Expliquez-leur qu'ils disposent de 10 minutes pour discuter de la question et écrire les réponses sur le tableau à feuilles. Pour les groupes dont le niveau d'alphabétisation est faible, lisez les questions à haute voix et demandez-leur d'en discuter entre eux.
3. Dites aux groupes d'alterner en se déplaçant dans les sens d'une aiguille d'une montre. Accordez-leur 10 minutes supplémentaires pour qu'ils discutent la nouvelle question et écrivent leurs réponses.

4. Refaites les étapes deux et trois jusqu'à ce que les groupes aient tous eu l'opportunité de débattre et de répondre à chacune des quatre questions.
5. Lisez et résumez les questions à haute voix qui apparaissent sur les feuilles de tableau à feuilles. Si les groupes n'ont pas écrit leurs réponses, demandez-leur d'expliquer au groupe les points principaux dont ils ont parlé.
6. Posez les questions ci-dessous afin d'animer la discussion :
 - Tous les groupes ont-ils les mêmes idées sur les drogues, qui les prend et les risques encourus à cause de leur utilisation ? (Voir la Fiche de ressources 13 : [Que sont les drogues ?](#))
 - Les gens de votre communauté ont-ils facilement accès à l'alcool et aux cigarettes ? (Ces produits sont-ils légalement interdits aux mineurs ? La loi est-elle appliquée ?)
 - D'après vous, qu'est-ce qui détermine si l'utilisation de drogue est légale (licite) ou interdite (illicite) ?
 - Les publicités sur les cigarettes et l'alcool sont-elles autorisées dans les journaux, les magazines ou à la télévision ? Comment ces publicités promeuvent-elles l'utilisation de ces substances ? Que pensez-vous de cela ?
 - Comment ces publicités dans les medias décrivent-elles les femmes qui ont recours à ces substances ? Comment ces publicités décrivent-elles les hommes qui ont recours à ces substances ? Pensez-vous que ces représentations sont fidèles à la réalité ?
 - Comment ces publicités dans les medias influencent-elles les attitudes des femmes et des hommes par rapport aux cigarettes et l'alcool ?
 - Y a-t-il des campagnes visant à réduire l'utilisation des drogues là où vous vivez ? Que pensez-vous de ces campagnes ?
 - Comment les drogues peuvent-elles avoir un impact sur le risque d'infection par le VIH ?
 - Comment la pression des pairs contribue-t-elle à la consommation de drogues ?
 - Quelles actions pouvez-vous entreprendre pour vous assurer que les membres de votre communauté disposent d'informations précises sur les conséquences de la consommation de drogues et le lien existant avec le VIH et le SIDA ?

Clôture

Les drogues affectent la vie de la plupart des femmes et des hommes. Il y a divers types de drogues, certaines sont légales, d'autres sont illégales, certaines sont plus souvent prises par les femmes et d'autres par les hommes. Il faut donc réfléchir attentivement aux pressions d'ordre personnel ou social qui conduisent les gens à prendre des drogues. Par ailleurs, il faut avoir conscience des conséquences de la prise de drogue sur les vies individuelles, les relations et les communautés.

Fiche de ressources 13 :

Que sont les drogues ?

Que sont les drogues ?³⁶

Une drogue peut être définie comme une substance qui peut produire des changements dans le fonctionnement d'organismes vivants, que ce soit sur le plan physiologique ou comportemental. Il existe une catégorie spéciale de drogues appelées psychotropes qui modifient l'humeur, les perceptions, les sensations et les comportements du toxicomane en fonction du type et de la quantité des drogues consommées, des caractéristiques physiques et physiologiques du toxicomane, du moment et du contexte de la consommation, et des attentes de la personne vis-à-vis de la drogue. Ces produits psychotropes peuvent être classifiés dans trois catégories en fonction de leurs effets sur l'activité cérébrale :

- a. **Les déprimeurs** : affaiblissent l'activité cérébrale, entraînant ainsi l'apathie et l'indifférence. Parmi les exemples de déprimeurs, on peut citer l'alcool, les calmants, les somnifères et les produits à inhaler.
- b. **Les stimulants** : augmentent l'activité cérébrale, ce qui entraîne la vivacité mentale et le maintien de l'état de veille. Parmi les exemples de stimulants, on peut citer les coupe-faim, la cocaïne et la caféine.
- c. **Les hallucinogènes** : modifient l'activité cérébrale en altérant la manière dont la réalité, le temps, l'espace et les stimulus visuels et auditifs sont perçus. Parmi les exemples d'hallucinogènes, on peut citer l'ecstasy et le LSD.

Les déprimeurs	Sensations provoquées	Effets potentiels
Les tranquillisants / calmants	Soulagent la tension et l'anxiété, détendent les muscles et provoquent le sommeil	À forte dose, ils causent une chute de tension artérielle ; combinés avec l'alcool, ils peuvent conduire à un état comateux ; en cas de grossesse, ils augmentent le risque de malformation foetale ; ils génèrent la tolérance médicamenteuse, ce qui requiert une augmentation du dosage
Les solvants ou produits à inhaler (colle, vernis à ongles, benzène, liquide correcteur)	Euphorie, hallucinations et excitation	Nausée, chute de tension artérielle, la consommation répétée peut détruire les neurones et causer des lésions au niveau de la rate, des reins, du foie et du système nerveux périphérique

³⁶ Texte adapté de CEBRID - Centre Brésilien pour les Informations sur les substances psychotropes, Département de Psycho-biologie, Université Fédérale de Sao Paulo.

Les déprimeurs	Sensations provoquées	Effets potentiels
Les sirops antitussifs et comprimés contenant de la codéine et du zipéprol	Soulagent la douleur, sensation de bien-être, somnolence, sensation de flottement	Chute de tension artérielle et de température ; risque de coma ; convulsions ; ils génèrent la tolérance médicamenteuse, ce qui requiert l'augmentation du dosage ; en état de manque, les pharmacodépendants souffrent de crampes et d'insomnies
Les sédatifs	Soulagent la tension ; sensation de calme et de détente	Associés à l'alcool, ils causent une chute de la tension artérielle et du rythme cardiaque, ce qui peut entraîner la mort ; ils génèrent la tolérance médicamenteuse, ce qui requiert une augmentation du dosage et de la dépendance
L'opium, la morphine, l'héroïne	Somnolence, soulagement de la douleur, état de torpeur, isolement par rapport à la réalité, sensation de rêver les yeux ouverts, hallucinations	Cause la pharmacodépendance ; réduit le rythme cardiaque et la respiration et peut mener à la mort ; l'utilisation collective de seringues peut conduire au VIH ; état de manque difficile
L'alcool	Euphorie, libère la parole, sentiment d'anesthésie	Légers tremblements et nausée ; vomissement ; sueurs ; maux de tête ; vertiges et crampes ; agressivité et tendances suicidaires

Les stimulants	Sensations provoquées	Effets potentiels
Les amphétamines	Difficultés à trouver le sommeil ; fatigue ; tachycardie ; sensation d'excitation, d'avoir beaucoup d'énergie	Tachycardie et augmentation de la tension artérielle ; dilatation des pupilles ; danger pour les personnes qui conduisent ; les dosages élevés peuvent causer des états de délire et de la paranoïa
La cocaïne	Sensation de pouvoir ; impression de voir le monde de manière plus brillante ; euphorie ; perte d'appétit ; somnolence et fatigue	A forte dose, elle cause une montée de température, des convulsions et une tachycardie sévère, ce qui peut entraîner un arrêt cardiaque
Le crack	Sensation de pouvoir ; impression de voir le monde de manière plus brillante ; euphorie ; perte d'appétit ; somnolence et fatigue	A forte dose, elle cause une montée de température, des convulsions et une tachycardie sévère, ce qui peut conduire à un arrêt cardiaque ; résulte en une forte dépendance physique et une forte mortalité

Les stimulants	Sensations provoquées	Effets potentiels
Le tabac (cigarettes)	Stimulant ; sensation de plaisir	Réduit l'appétit, peut mener à des états chroniques d'anémie ; aggrave les maladies telles que la bronchite et peut perturber l'activité sexuelle. Chez les femmes enceintes, il augmente le risque de fausse couche ; il est associé à 30% de tous les types de cancer
La caféine	Empêche de dormir et cause de la fatigue	Un dosage excessif peut causer des problèmes d'estomac et d'insomnie

Les hallucinogènes	Sensations provoquées	Effets potentiels
La marijuana	Sensation de calme, de détente, envie de rire	Perte immédiate de la mémoire ; certaines personnes peuvent avoir des hallucinations ; l'utilisation continue peut avoir un effet sur les poumons et la production (temporaire) de spermatozoïdes ; perte de volonté
Le LSD	Hallucinations, distorsions des perceptions, synesthésie (association de plusieurs sensations ; p. ex., les sons semblent avoir des formes)	États d'anxiété et panique ; délire ; convulsions ; risque de dépendance
Les anticholinergiques (plantes et médicaments)	Hallucinations	Tachycardie ; dilatation des pupilles ; constipation intestinale et élévation de température peuvent mener à des convulsions
L'ecstasy (MDMA)	Hallucinations, distorsions des perceptions, synesthésie (association de plusieurs sensations ; p. ex., les sons semblent avoir des formes) ; stimulant	Anxiété et panique ; délire ; convulsions ; risque de dépendance

4.2 Les drogues dans nos vies et communautés

Objectif

1. Discuter des différentes situations dans lesquelles les hommes et les femmes pourraient consommer des drogues et les conséquences de cette consommation dans leurs vies et relations.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : faibles

Durée

60 à 90 minutes

Supports

- Fiche de ressources 14 : [Les effets de différentes substances psychotropes](#) et Fiche de ressources 15 : [Types de toxicomanes](#)
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 12 : [Études de cas sur la consommation de drogues](#) pour l'ensemble des participants

Notes de l'animateur

Examinez les études de cas du Polycopié 12 et faites les changements nécessaires pour les adapter au contexte local. Si ces études de cas ne sont pas applicables, vous devez en créer d'autres correspondant mieux aux réalités et expériences des participants.

Étapes

1. Divisez les participants en quatre petits groupes. Donnez à chaque groupe un exemplaire d'une étude de cas du Polycopié 12. Demandez-leur de discuter et d'analyser l'étude de cas et de trouver une fin possible. Pour les groupes à faible niveau d'alphabétisation, vous pouvez lire les situations à haute voix.
2. Accordez 10 minutes aux groupes pour qu'ils discutent des études de cas.
3. Demandez aux groupes de présenter les études de cas et les fins qu'ils ont choisies. Ces présentations peuvent prendre la forme d'un récit ou d'un sketch. Les groupes doivent répondre aux questions suivantes dans leurs présentations :
 - La situation est-elle réaliste ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Quels facteurs ont influencé la décision de consommer des drogues ?
 - Quels sont les conséquences possibles auxquelles le personnage peut être confronté ?
 - Quelles autres options avait-il (à part la consommation de drogues) ?
4. Après la présentation des études de cas, posez les questions suivantes pour animer une discussion sur les différents contextes dans lesquels les gens consomment des drogues et sur les conséquences de cette consommation.
 - Quelles les raisons les plus courantes pour lesquelles les hommes consomment des drogues ? Sont-elles différentes des raisons les plus courantes pour lesquelles les femmes prennent des drogues ? De quelles façons ?

- Y a-t-il différents degrés, ou niveaux, auxquels un individu peut consommer une drogue ? Quels sont ces degrés ? (Voir Fiche de ressources 15.)
- Les femmes et les hommes prennent-ils de l'alcool et d'autres drogues différemment ? De quelles façons ?
- Quels effets l'alcool et d'autres substances psychotropes ont-ils sur la prise de décision et les comportements relatifs à la sexualité ? (Voir Fiche de ressources 14.)
- Comment la consommation d'alcool et d'autres substances psychotropes rend-elle une personne plus vulnérable au VIH et au SIDA ?
- Comment la consommation de drogues influence-t-elle les relations ? Les familles ? Les communautés ?
- Quelles actions pouvez-vous entreprendre si un ami consomme abusivement de l'alcool ou d'autres substances psychotropes ?
- Quelles actions pouvez-vous entreprendre pour aider les gens à empêcher l'abus de drogues ou d'alcool ?

Clôture

Il est difficile de faire des généralisations sur les facteurs qui poussent une personne à consommer des drogues. Chaque personne a ses propres raisons qui parfois ne sont pas claires, même à elle-même. Dans la majorité des cas, il peut y avoir plusieurs de raisons : la curiosité, le désir d'oublier ses problèmes, une tentative de surmonter la timidité ou le manque de confiance en soi, l'insatisfaction par rapport à son apparence physique, etc. Il est important que la famille, les amis et les pairs offrent leur soutien, sans reproches ou jugement, pour aider l'individu à réfléchir sur les effets négatifs de la consommation de drogue, pour identifier des choix plus sains, et les aider à faire appel à une aide professionnelle compétente si nécessaire.

Polycopié 12 :

Études de cas sur la consommation de drogues

Étude de cas n° 1

Matt est un garçon tranquille qui aime sortir avec ses amis et jouer au football. Samedi dernier, certains amis l'ont invité à aller au bar pour prendre un verre et s'amuser. Lorsqu'il est arrivé là bas, il s'est senti très timide et pas sûr de lui et il a cédé aux moqueries de ses amis qui le forçaient à boire. Il a fini par boire quatre bières en un laps de temps très court.

Étude de cas n° 2

John aime le football et il a été invité à participer à un championnat inter-écoles. Il s'était entraîné très dur. Espérant améliorer son jeu, il a décidé de prendre des stéroïdes qu'un de ses amis avait achetés dans une salle de sport.

Étude de cas n° 3

Sarah et Fred sortaient ensemble depuis plusieurs mois. Le jour de l'anniversaire de Fred, Sarah a organisé une fête pour lui. Elle a invité tous ses amis et a même obtenu que son frère aîné achète de la bière pour la fête. Fred était en effet surpris et Sarah et lui ont tous les deux beaucoup bu et dansé durant la fête. Cette nuit-là, ils ont eu un rapport sexuel sans préservatif.

Étude de cas n° 4

George est chauffeur de poids lourds et il passe la plupart de son temps sur la route, parfois pendant des semaines. Lorsqu'il est loin de chez lui, il passe ses soirées libres dans des bars des bords de route fréquentés par d'autres chauffeurs de poids lourds. Il prend généralement quelques bières durant ces soirées pour se détendre et oublier sa solitude.

Fiche de ressources 14 : Effets de différentes substances psychotropes

L'alcool

À petites doses, l'alcool peut créer une sensation de détente, de calme, de bien-être et parfois d'euphorie modérée. Lorsqu'elle est ingérée en grande quantité, elle peut causer de la somnolence, de la confusion mentale, des réflexes plus lents et un manque de coordination motrice. Ces effets peuvent mener un individu à avoir des comportements à risque élevé, y compris les rapports sexuels non protégés, la conduite en état d'ivresse et / ou la violence. Lorsque l'alcool est consommé très fréquemment, il y a un risque accru de cirrhose, de perte de mémoire et d'autres problèmes chroniques tels que la perte d'appétit et les carences en vitamines.

Prendre une boisson durant une réunion, une fête ou un rassemblement avec des amis peut s'avérer plaisant. Une boisson³⁷ équivaut à : **une cannette de bière** (300 ml) ou **un verre de vin** (120 ml) ou **un verre à shot** (36 ml). **Deux boissons** par jour pour un homme et une boisson par jour pour les femmes et les personnes plus âgées sont généralement considérées comme non nuisibles. Cependant, pour certaines personnes, de faibles quantités d'alcool peuvent s'avérer très néfastes. En général, les femmes ont une tolérance à l'alcool plus faible que les hommes, en partie parce qu'elles ont proportionnellement plus de graisse et moins d'eau dans le corps et de ce fait, une femme aura tendance à avoir une quantité d'alcool plus élevée dans le sang qu'un homme du même poids qui consomme la même quantité d'alcool. De plus, les femmes ont des niveaux plus faibles d'une enzyme qui se décompose dans l'estomac, elles absorbent donc une concentration d'alcool plus élevée qu'un homme qui boit la même quantité.

Une femme qui boit de l'alcool durant la grossesse met la santé du fœtus en danger. L'alcool passe librement à travers le placenta, ce qui crée un niveau dans le fœtus presque identique à celui de la mère. Les bébés dont les mères boivent fréquemment ou en grande quantité durant la grossesse peuvent naître avec de graves malformations et souffrir de poids faible à la naissance, de malformations physiques, de problèmes cardiaques, de malformations des articulations et des membres et de déficiences mentales.

Les médicaments prescrits

Le rôle des médicaments est de guérir les maladies, de soulager la douleur et la souffrance et de promouvoir le bien-être. Cependant, s'ils sont pris par des personnes qui n'en ont pas besoin ou s'ils sont pris en fortes doses ou de manière inadaptée, les médicaments peuvent nuire à la santé.

³⁷ Adapted from Dialogue Series n° 06. 2003. Álcool : o que você precisa saber (translation : Alcohol, what you need to know). 4th ed., Brasília : SENAD.

Par exemple, les amphétamines sont souvent mal utilisées, ce qui peut conduire entre autres à des problèmes cardiaques, à la paranoïa ou à des convulsions. Étant donné que les amphétamines sont des stimulants et augmentent par conséquent la résistance et l'énergie physiques, elles sont souvent consommées par les étudiants qui veulent rester éveiller une nuit entière. De plus, les perceptions variables de la beauté mènent souvent les femmes à mettre leur santé en danger en prenant des amphétamines pour perdre du poids afin d'atteindre l'objectif du corps « parfait ».

Les tranquillisants également connus sous le nom de « calmants », ralentissent l'activité du cerveau (système nerveux central). Ils sont souvent consommés pour soigner l'anxiété et certains troubles du sommeil. Au fur et à mesure que le corps s'accoutume aux tranquillisants, les symptômes initiaux peuvent disparaître et le consommateur peut développer une tolérance et une dépendance vis-à-vis de la substance. Lorsqu'ils sont combinés avec d'autres drogues – telles que l'alcool – les tranquillisants ont des effets plus intenses, ce qui peut développer certains risques pour la santé comme le syndrome de détresse respiratoire ou l'arrêt cardiaque.

La marijuana

La marijuana est une des drogues illégales les plus fréquemment consommées. Ses effets les plus courants sont la sensation de bien-être et de détente. Parfois, les consommateurs de marijuana peuvent devenir bavards et anxieux, voire halluciner. Bien qu'un jeune qui essaie cette drogue puisse ne pas devenir dépendant, l'essai, même innocent, peut avoir des effets néfastes sur la mémoire, la réflexion claire et la coordination, et entraîner une accélération du rythme cardiaque. Cet essai peut également donner lieu à des problèmes légaux étant donné qu'il s'agit d'une substance illégale. La consommation à long terme de la marijuana peut contribuer à des maladies respiratoires telles que la toux persistante ou le cancer des poumons. Les consommateurs de marijuana peuvent également souffrir de troubles de la personnalité, tels que la dépression ou l'anxiété. Cette drogue cause très souvent le plus grand risque durant la période d'intoxication, car le consommateur peut perdre la capacité d'assurer des activités comme la conduite d'une moto ou d'un véhicule.

La cocaïne

Les études ont montré que la consommation de cocaïne est beaucoup moins courante que celle d'autres drogues, telles que l'alcool et le tabac. La consommation de cocaïne peut mener à la dépendance et peut avoir une incidence sur les fonctions mentales et physiques. Les effets mentaux sont l'euphorie, l'hyperactivité, les hallucinations visuelles et tactiles et la sensation d'être poursuivi. Certains aspects physiques sont un rythme cardiaque anormalement élevé, des convulsions et des frissons. La cocaïne est particulièrement néfaste lorsqu'elle est prise avec de l'alcool. La cocaïne est également un coupe-faim, ce qui a conduit certaines femmes à la consommer pour maigrir ou ne pas grossir. La cocaïne peut causer des dommages au corps au moment de sa consommation mais aussi plus tard. Certains déclarent une stimulation sexuelle exacerbée au début de la consommation. Cependant, la consommation régulière peut faire décroître le désir sexuel et causer l'impuissance. La cocaïne peut être inhalée (sniffée) ou injectée (prise par piqûre). La prise par piqûre présente un risque supplémentaire de VIH, de SIDA et d'hépatite B et C.

Les stéroïdes

Les stéroïdes sont le plus souvent consommés pour accélérer le développement de la masse musculaire. Ils sont en général pris sous la forme de pilule ou de piqûre. Les stéroïdes sont des formes artificielles de la testostérone, une hormone produite naturellement par le corps. Dans certains cas, les gens prennent des stéroïdes qui ne sont pas destinés au corps humain. Par exemple, des études ont montré que des jeunes ont pris des stéroïdes à usage vétérinaire pour augmenter rapidement la masse musculaire. Les stéroïdes ont un certain nombre d'effets physiques. Ils peuvent affaiblir la fonction du système immunitaire, qui est le système de défense du corps humain contre les bactéries. Ils peuvent également endommager le foie, entraîner des cancers et changer le fonctionnement hormonal, par exemple en interrompant le cycle menstruel et en ayant des effets néfastes sur l'hypothalamus et les organes génitaux. Ils peuvent même entraîner la mort. Les stéroïdes peuvent également avoir des effets émotionnels tels que la dépression ou l'irritabilité. Les stéroïdes ont des effets spécifiques selon le sexe. Pour les femmes, il s'agit de la modification du cycle menstruel, la voix qui devient plus grave, la diminution de la taille des seins, la croissance excessive de la pilosité et les changements d'humeur y compris l'agressivité et la colère. Les effets les plus courants chez les hommes sont le développement de seins, la réduction du fonctionnement sexuel et l'infertilité, et l'atrophie des testiculaires. Comme pour toutes les drogues injectées, le partage de seringues pour la prise de stéroïdes peut mener à la transmission du VIH et du SIDA, mais aussi de l'hépatite B et C.

Fiche de ressources 15 : Types de consommateurs de substances psychotropes

Selon les Nations Unies, il existe quatre types de consommateurs de substances psychotropes :

Celui qui expérimente – Il se limite à expérimenter plusieurs substances pour diverses raisons par exemple, par curiosité, par désir de vivre de nouvelles expériences, mais aussi à cause de la pression des pairs, de la publicité, etc. Dans la plupart des cas, le contact avec la substance ne va pas au-delà des expériences initiales.

Le consommateur occasionnel – Consomme une ou plusieurs substances occasionnellement, si les environnements sont favorables et les substances sont disponibles. Il n'y a pas de dépendance ou de rupture dans les relations professionnelles ou sociales.

Le consommateur habituel – Prend régulièrement ces substances. Néanmoins, le consommateur parvient à avoir une vie sociale, bien qu'imprévisible, mais il court le risque de dépendance.

Le consommateur dépendant ou « dysfonctionnel » – Survit à la consommation de substance psychotrope et vit de manière quasi exclusive pour la consommation de cette substance. En conséquence, tous les liens sociaux sont brisés, ce qui entraîne l'isolement et la marginalisation.

Consommation de substances psychotropes et comportement sexuel

Beaucoup de gens croient que certaines substances peuvent améliorer l'activité sexuelle. En réalité, les effets de la consommation de substances psychotropes varient d'une personne à l'autre et ce en fonction de divers facteurs : la constitution biologique (le métabolisme du corps humain), la fréquence de consommation, l'environnement et la culture, mais aussi les aspects psychologiques. Très souvent, les effets positifs produits par la consommation d'une substance psychotrope durant les relations sexuelles sont plus liés aux croyances des personnes par rapport à ce qui va se passer qu'aux propriétés pharmacologiques de la drogue. Par exemple, contrairement à ce que beaucoup de gens croient, l'alcool peut initialement aider les personnes à se sentir moins intimidées, mais comme l'a dit William Shakespeare : « L'alcool provoque des désirs, mais il met un terme à l'activité. » Ce qui veut dire qu'il empêche l'érection. De la même manière, la marijuana réduit la production de la testostérone, hormone masculine, et elle peut temporairement mener à la réduction de la production de sperme. La cocaïne réduit le désir et l'excitation étant donné que les toxicomanes sont plus intéressés par la consommation de la substance que par les rapports sexuels.

De plus, sous l'influence des drogues, il est plus difficile de communiquer et de négocier au moment des rapports sexuels, car chaque personne est souvent plus préoccupée par ses propres sensations que par celles de son partenaire ou par les risques éventuels de grossesse non planifiée, d'IST, ou de VIH et de SIDA. Les recherches ont confirmé qu'une personne sous l'effet de n'importe quelle substance psychotrope a peu de chances d'utiliser un préservatif car son jugement et ses réflexes sont altérés. Il est également important de se souvenir que même la consommation rare et occasionnelle d'alcool et autres substances psychotropes peut mettre les individus dans des situations à risque, étant donné qu'une seule occurrence de consommation abusive d'alcool et de rapports sexuels non protégés peut entraîner une grossesse non planifiée et / ou des IST, le VIH et le SIDA.

4.3 Liens entre les risques de l'abus d'alcool et le VIH

Objectifs

1. Identifier les effets (physiques, mentaux, émotionnels et comportementaux) de l'alcool.
2. Discuter des situations dans lesquelles la consommation d'alcool augmente le risque de contracter des IST, y compris le VIH et le SIDA.
3. Réfléchir à la manière dont l'abus d'alcool peut être réduit.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif
- Feuilles de papier pour tous les participants
- Fiche de ressources 16 : Abus d'alcool
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 13 : Attitudes personnelles et expériences avec l'alcool pour l'ensemble des participants

Notes de l'animateur

Avant la session, il faut identifier les services et le soutien dont peuvent bénéficier les hommes dans la communauté s'ils ont des problèmes avec l'alcool. Il serait également utile de faire des recherches sur l'âge minimum légal pour l'achat et la consommation d'alcool.

Étapes

Partie 1 – 30 minutes

1. Distribuez une feuille de papier à tous les participants et demandez-leur de noter trois manières dont les hommes peuvent se divertir. Dites-leur qu'il peut s'agir de situations qu'ils ont vécues ou observées chez des personnes dans leur entourage.
2. Demandez aux participants de lire les fiches à haute voix. Écrivez les réponses sur le tableau à feuilles et notez les activités qui semblent les plus appréciées.
3. Si le groupe ne l'a pas mentionnée, posez la question suivante : « Dans laquelle de ces activités l'alcool ou d'autres substances psychotropes sont-elles consommées ? »
4. Ensuite posez la question suivante : « Pourquoi les gens consomment-ils de l'alcool ? » Écrivez les réponses sur une autre feuille de tableau à feuilles. Parmi les réponses possibles : « pour être acceptés », « pour se divertir », « pour montrer qui peut boire le plus », ou « pour ne pas perdre la face devant des amis ». Toutes ces réponses sont liées aux attentes de la société vis-à-vis des hommes.

5. Ensuite demandez aux participants de dresser une liste des effets de la consommation d'alcool (physiques, mentaux, émotionnels et comportementaux). Écrivez les réponses sur une autre feuille de tableau à feuilles. Vous pouvez ajouter des éléments à la liste en utilisant les informations figurant dans le tableau ci-dessous. Il est important d'expliquer que ces effets ne sont pas identiques pour chacun dans toutes les situations, mais qu'ils varient en fonction de la quantité d'alcool consommée, de la vitesse ou de la durée de la consommation, de la taille et du poids de la personne, etc.

Effets de la consommation d'alcool			
Physiques	Mentaux	Émotionnels	Comportementaux
Nausée, vomissement, perte d'équilibre, engourdissement des jambes, perte de coordination, réduction des réflexes	Confusion, difficulté à se concentrer, perturbation de la pensée, oubli des actions réalisées sous l'influence de l'alcool, capacité de jugement altérée, mauvais souvenir des expériences personnelles, obsessions, mauvais rêves	Sentiment temporaire de bien-être, détente, contentement / tristesse / dégoût exacerbé, sensation de toute-puissance et d'invincibilité	Violence, comportement dépressif, difficulté d'expression, comportement désinhibé, tendance à pleurer pour un rien

6. Divisez les participants en deux groupes et discutez de la manière dont la consommation d'alcool peut conduire à l'infection par le VIH – c'est-à-dire la manière dont la consommation d'alcool et d'autres substances psychotropes peut mener à des comportements sexuels à risque, des rapports sexuels non protégés, des situations de coercition, etc. Ensuite demandez à chaque groupe de faire part de ses résultats.

Partie 2 – 30 minutes

1. Expliquez que les participants vont à présent avoir l'opportunité de réfléchir sur certaines questions qui portent sur leurs expériences et attitudes personnelles concernant l'alcool.
2. Donnez un exemplaire du photocopié à chaque participant. Accordez-leur quelques minutes pour réfléchir aux questions et y répondre.
3. Demandez aux participants de trouver une personne compatible pour former des groupes de deux et discuter des questions. Expliquez-leur qu'ils peuvent parler librement de toute question leur paraissant intéressante ou importante.
4. Rassemblez le groupe et terminez la discussion en posant les questions suivantes :
 - Quelles sont les normes culturelles par rapport à l'alcool dans votre communauté / pays ?
 - Quelle est la réaction quand une personne ne souhaite pas consommer de l'alcool ?
 - Quelles mesures pouvez-vous prendre si des amis abusent de l'alcool ? (Voir Fiche de ressources 16)
 - Comment pouvez-vous aider à créer d'autres formes de divertissement et d'activité sociale qui ne sont pas axées sur l'alcool ?

Clôture

Cela fait longtemps que le lien entre la consommation d'alcool et le VIH a été confirmé. La consommation de substances psychotropes en général est liée à des taux élevés d'activité sexuelle à risque, d'IST, de VIH et de SIDA. La consommation de drogues par injection représente 10% de l'ensemble des cas de VIH dans le monde. De plus, à long terme, l'abus de substances psychotropes peut conduire à la dépendance et d'autres problèmes de santé (y compris la mort) et il peut avoir des effets sur tous les aspects de la vie.

Les hommes consomment souvent plus d'alcool que les femmes, car il se peut qu'ils pensent que c'est une preuve de leur virilité et que cela les aide à s'intégrer dans un groupe masculin. Il est nécessaire de remettre en question les normes relatives à la consommation d'alcool et de réfléchir à la manière dont vous et d'autres pouvez créer des formes de loisir et de divertissement qui ne donnent pas la priorité à l'alcool.

Options de formation

1. Divisez les participants en trois ou quatre petits groupes. Chacun devra dessiner un arbre de problèmes qui examine l'abus d'alcool.
2. Dessinez un tronc d'arbre au centre d'une feuille de tableau à feuilles et nommez-le « Abus d'alcool ».
3. Demandez au groupe de discuter certaines des origines de l'abus d'alcool. Chaque cause doit être représentée par une racine de l'arbre de problèmes. Après avoir noté chaque cause, le groupe doit réfléchir aux éléments qui y contribuent. Par exemple, si une des causes est le « chômage », le groupe doit réfléchir à ce qui mène au chômage. Une des sous-causes peut être le « manque d'opportunités économiques ». Cela sera donc représenté par une ramification de la racine initiale.
4. L'arbre de problèmes permettra de se pencher sur l'abus d'alcool. Ces effets seront représentés par les branches de l'arbre. Comme pour les causes, les groupes doivent examiner et identifier les conséquences ou effets primaires et secondaires. Par exemple, la violence domestique (qui peut entraîner des dégâts graves, voire la mort) est une conséquence secondaire de l'abus d'alcool.

Fiche de ressources 16 : Abus d'alcool

Causes : Plusieurs facteurs peuvent contribuer aux causes de l'abus d'alcool. Il peut s'agir de stress, de dépression, d'une vie de foyer perturbée, de pression des pairs ou de problèmes d'emploi. Il est possible que ceux dont la famille a des antécédents d'alcoolisme aient hérité d'une sensibilité à l'alcool génétiquement affaiblie, ce qui signifie qu'ils peuvent boire davantage sans en ressentir les effets. Il est difficile de séparer les effets de l'environnement et l'hérédité comme cause de l'alcoolisme.

Effets à court terme : L'abus d'alcool peut entraîner de nombreuses conséquences négatives sur la santé. A court terme, l'alcool affaiblit la partie du cerveau qui contrôle la capacité de jugement, ce qui est à l'origine d'une certaine désinhibition. Cette perte d'inhibition peut affecter la prise de décision par rapport à la sexualité (par exemple, le choix d'avoir un rapport sexuel ou non ; l'utilisation d'un préservatif / d'une protection ou non). L'alcool peut avoir un impact sur la coordination physique et causer une vision floue, des difficultés à articuler et la perte d'équilibre. La consommation d'une grande quantité d'alcool en une seule fois (la beuverie) peut conduire à la perte de conscience, au coma voire à la mort. L'alcool est impliqué dans une grande part d'accidents de la route fatals, d'agresions et d'incidents de violence domestique.

Effets sanitaires à long terme : La consommation d'alcool à long terme accroît le risque de contracter certaines maladies et aggrave certaines maladies. La consommation excessive d'alcool est liée aux problèmes suivantes : la perte de neurones, l'insuffisance hépatique, l'irritation de la muqueuse gastrique et les hémorragies dues aux ulcères de l'estomac, l'hypertension artérielle (susceptible d'entraîner des attaques), certains types de cancer, les lésions neurologiques, l'insuffisance cardiaque et l'épilepsie. L'abus d'alcool a également été lié à : la carence en vitamines, l'obésité, les problèmes sexuels, l'infertilité, les maladies musculaires, les problèmes dermatologiques et l'inflammation du pancréas.

De plus, les autres effets à long terme (au-delà de la santé) sont la perte d'opportunités économiques (par exemple, le chômage en raison de l'incapacité à accomplir des tâches, de même que le gaspillage d'argent qui est dépensé sur l'alcool au lieu d'autres choses), les troubles familiaux et le fait de devenir une nuisance publique pouvant entraîner des ennuis avec la police.

Intervention : Bien que l'abus d'alcool soit défini comme une maladie, la société n'a pas vraiment accepté le fait que beaucoup d'alcooliques souffrent d'une pharmacodépendance et perdent le contrôle de la situation lorsqu'ils abusent de l'alcool. La plupart des gens ont besoin d'assistance et de soutien pour reconnaître leur problème et agir pour limiter l'impact de l'alcool sur leurs vies.

Polycopié 13 :

Attitudes et expériences personnelles avec l'alcool

	OUI	NON
Je pense qu'il est possible d'avoir une vie sociale agréable sans consommer d'alcool.		
Je ne me sentirais pas à ma place dans une fête si je refusais une boisson alcoolique offerte par mes amis.		
Je ne pourrais pas me divertir lors d'une fête s'il n'y avait pas d'alcool.		
Si je buvais alors que mon ami/e ne buvait pas, je ferais pression sur lui / elle pour qu'il / elle boive.		
J'ai vu des personnes que j'aimais souffrir de l'abus d'alcool.		
J'ai été personnellement affecté/e en raison de l'abus d'alcool des autres.		
J'ai personnellement fait du mal aux autres en raison de l'abus d'alcool.		
J'ai fait des choses que j'ai regrettées en raison de l'abus d'alcool.		

4.4 Plaisirs et risques³⁸

Objectif

1. Réfléchir aux risques liés aux activités agréables et discuter des stratégies de réduction de risques et d'effets néfastes.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : élevées

Durée

60 minutes

Supports

- Magazines et journaux
- Ciseaux
- Colle
- Tableau à feuilles
- Fiche de ressources 17 : Tableau sur les plaisirs, les risques et effets néfastes associés et les facteurs de protection

Notes de l'animateur

La discussion de cette activité, comme rédigée ici, se concentre sur les risques liés à la consommation de drogues. Cependant les questions peuvent être facilement adaptées à la discussion des risques et des acteurs de protection liés à d'autres activités, y compris les rapports sexuels.

Étapes

1. Divisez les participants en deux ou trois petits groupes.
2. Donnez une feuille de tableau à feuilles à tous les groupes et expliquez-leur qu'ils doivent faire un collage des choses qui leur font plaisir. Dites-leur qu'ils peuvent rédiger un texte, faire un dessin et / ou coller des images découpées dans des magazines et journaux.
3. Accordez-leur 15 minutes pour créer ces collages.
4. Distribuez une autre feuille de papier à chaque groupe ; cette feuille devra être divisée en trois colonnes, respectivement intitulées **Risques / Effets néfastes ; Plaisirs et Facteurs de protection**. Dans la colonne du milieu, les groupes doivent noter les choses qui leurs apportent du plaisir. Dans la colonne de gauche, les risques / effets néfastes liés aux plaisirs. Dans la colonne de droite, les facteurs de protection, autrement dit, ce qu'ils peuvent faire pour s'assurer que les activités agréables ne causent pas de mal, ou la façon dont ils peuvent minimiser ces problèmes. Voir la Fiche de ressources 17 pour un exemple de la manière dont on peut organiser et remplir le tableau. Pour les groupes à faible niveau d'alphabétisation, les participants peuvent utiliser les dessins / collages pour identifier les risques / effets néfastes et les facteurs de protection liés aux plaisirs qu'ils ont identifiés.
5. Accordez 20 minutes aux groupes pour remplir le tableau.

³⁸ Serra, A. 1999. Adolescência e Drogas : Andando se faz um caminho (traduction : Les Adolescents et les drogues : c'est en marchant qu'on construit son chemin). São Paulo :ECOS.

6. Demandez à chaque groupe de présenter ses collages et tableaux aux autres groupes.
7. Posez les questions ci-dessous pour animer la discussion sur les plaisirs, les risques et la réduction des effets néfastes :
 - Pourquoi est-il important de réfléchir sur les risques / effets néfastes liés aux choses qui nous font plaisir ?
 - Pourquoi est-il important de réfléchir sur les facteurs de protection liés à ces choses qui nous font plaisir ?
 - Quel est le lien entre les drogues et le plaisir ?
 - Quel est le lien entre les drogues et les risques / effets néfastes ?
 - Quel est le lien entre les drogues et les facteurs de protection ?
 - Quel est le lien entre les drogues et le VIH ?
 - De quels informations et soutien les gens ont-ils besoin pour pratiquer la réduction des risques dans leurs propres vies ?
 - Comment pouvez-vous encourager d'autres personnes de votre communauté à réfléchir sur la réduction des risques ?

Clôture

Beaucoup des décisions que vous prenez dans la vie comportent des plaisirs et des risques. En ce qui concerne les drogues, vous pouvez prendre la décision de boire de l'alcool ou non. La décision de boire ou de fumer peut apporter des plaisirs immédiats, mais elle peut également impliquer des risques. Par exemple, l'alcool peut limiter votre puissance de raisonnement, ce qui accroît les risques d'accidents et de blessures de même que votre vulnérabilité à l'égard de la violence, de l'infection par le VIH / les IST, et la consommation à long terme ou soutenue peut mener à de graves problèmes de santé. Bien qu'il ne soit peut-être pas réaliste de penser que les jeunes et d'autres cesseront complètement de consommer des drogues, il est important que vous connaissiez les risques liés à la consommation de drogues et que vous vous sentiez capables de minimiser les effets néfastes qu'ils peuvent avoir sur vos vies et relations.

Fiche de ressources 17 : Tableau sur les plaisirs, les risques et effets néfastes liés et les facteurs de protection

Ci-dessous figure un exemple de la manière dont les groupes peuvent organiser leurs tableaux. Il comprend également une description des risques et facteurs de protection associés à certains plaisirs communs. Si cela est utile, les animateurs pourront en faire part aux participants avant que ces derniers ne créent leurs propres tableaux.

Risques / Effets néfastes	Plaisirs	Facteurs de protection
Poids excessif et problèmes de santé dus aux sucreries ou à la malbouffe		
Maladie causée par le fait de ne pas laver les aliments qui sont sales ou de manger de la nourriture dont la date de péremption est passée	Manger	Bien laver les aliments
Avoir un régime alimentaire équilibré		
Bien conserver la nourriture		
Vérifier la date de péremption		
Conduire sous l'effet de substances psychotropes		
Recevoir des blessures lors d'un accident		
Excès de vitesse		
Être victime d'une collision	Conduire une voiture	Ne pas boire d'alcool avant de conduire
Attacher sa ceinture de sécurité		
Respecter le code de la route		
Fumer trop de cigarettes		
Mauvaise haleine		
Vêtements qui sentent mauvais		
Problèmes de poumons	Fumer	Fumer moins de cigarettes chaque jour / semaine
Arrêter de fumer		

4.5 Prise de décisions et consommation de substances psychotropes

Objectif

1. Réfléchir sur la pression des pairs et la prise de décision par rapport à la consommation de substances psychotropes.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 14 : Questionnaire Individuel : prise de décisions pour tous les participants
- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Étapes

1. Distribuez un exemplaire du Polycopié 14 à tous les participants et demandez-leur de le compléter en cinq minutes. Pour les groupes à faible niveau d'alphabétisation, lisez les questions à haute voix et dites-leur d'en discuter en groupes de deux.
2. Invitez les participants à faire part de leurs réponses aux autres. S'il s'agit d'un grand groupe, les participants peuvent être divisés en plus petits groupes.
3. Après que les participants ont fait part de leurs réponses, posez les questions ci-dessous pour animer une discussion.
 - La pression des pairs constitue-t-elle un facteur important de la raison pour laquelle les hommes consomment des substances psychotropes ?
 - Les femmes ressentent-elles aussi la pression des pairs pour consommer des substances ?
 - En quoi cette pression des pairs est-elle similaire pour les hommes et les femmes ? En quoi est-elle différente ?
 - La pression des pairs peut-elle contribuer à un comportement à risque ? Si oui, quel type de comportement à risque ?
 - Comment l'alcool influence-t-il la sexualité et les décisions prises à par rapport à la sexualité ? Est-ce qu'il aide / fait du mal ?
 - Quelles autres décisions ou comportements l'alcool ou d'autres drogues peuvent-ils influencer (par exemple, la conduite, le travail, les relations et la violence) ?
 - Comment est-il possible de s'opposer à la pression des pairs qui incite les hommes à consommer des substances psychotropes ?
 - Comment est-il possible de s'opposer à la pression des pairs qui incite les femmes à consommer ces substances ?

- Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous appliquer cela à vos vies et à vos relations ?

Clôture

Dans de nombreux milieux, hommes et femmes consomment régulièrement des substances psychotropes (l'alcool par exemple) dans le cadre de leurs interactions et réunions sociales. Il est important de savoir comment établir des limites par rapport à la consommation de telles substances et respecter les limites des autres. Par exemple, il est possible d'adopter certaines stratégies pour boire de façon responsable, par exemple en buvant peu et en ne mélangeant pas les boissons avec d'autres drogues. Il est également nécessaire de créer d'autres formes de divertissement dans lesquelles l'alcool et d'autres drogues ne sont pas au cœur des préoccupations, et de s'abstenir de faire pression sur ceux qui ne souhaitent pas consommer de telles substances.

Polycopié 14 : Questionnaire individuel : prise de décisions

Questionnaire individuel : prise de décisions	Oui	Non
1. Vous sentiriez-vous mal à l'aise lors d'une fête ou d'une réunion si vous décidiez de refuser une boisson alcoolisée offerte par vos amis ? Expliquez.		
2. Imaginez que vous êtes à une fête ou une réunion entre amis où ils servent de l'alcool, mais un de vos amis ne veut pas boire. Considèreriez-vous votre ami/e comme quelqu'un de farfelu, casse-pieds ou nul ? Expliquez.		
3. Soutiendriez-vous la décision de certains amis de ne pas boire ? Supposons que vous ayez décidé de les défendre, d'après vous, comment vos autres amis vous jugeront-ils ? Expliquez.		
4. Pensez-vous que pour être accepté/e dans un groupe, vous devez faire ce que veulent les autres ?		
5. Pensez-vous qu'il soit possible de mener une vie sociale agréable sans consommer de boissons alcoolisées ? Expliquez.		
6. Est-il possible de se sentir bien sans boire ? Expliquez.		
7. Un homme peut-il se sentir accepté sans boire ? Expliquez.		

5. Relations saines

5.1 Il s'agit de moi : créer une annonce personnelle

Objectifs

1. Comprendre que les relations sentimentales saines commencent par la connaissance et l'amour de soi.
2. Identifier les qualités que l'on peut apprécier chez soi-même.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyenne ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Marqueurs
- Stylos
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 15 : Créer une annonce personnelle pour l'ensemble des participants.

Étapes

1. Commencez cette activité en expliquant que les relations sentimentales doivent être réciproques. Beaucoup de personnes célibataires pensent qu'elles sont prêtes à avoir une relation, cependant, elles ne se connaissent souvent pas suffisamment pour réussir. Les relations saines reposent d'abord sur la connaissance et l'amour de soi, et ensuite sur l'identification de qualités qui nous intéressent chez autrui.
2. Demandez aux participants s'ils savent ce qu'est une annonce personnelle. Demandez à un/e volontaire de l'expliquer en offrant des exemples.
3. Ensuite, distribuez le polycopié et expliquez que vous voudriez que tout le monde crée une annonce personnelle, en 25 mots ou moins. Une fois qu'ils auront terminé, demandez-leur de décrire un partenaire romantique potentiel en 25 mots ou moins. Expliquez que si les participants sont déjà engagés dans une relation, ils peuvent faire une description de ce qu'ils aiment chez leur partenaire actuel/le ou ce qu'ils souhaiteraient changer chez leur partenaire.
4. Accordez-leur environ 15 minutes pour compléter les deux parties du polycopié. Lorsqu'ils auront terminé, demandez-leur de trouver une personne à qui présenter leur annonce. Donnez-leur à peu près 10 minutes pendant lesquelles chacun présentera son annonce à l'autre personne.
5. Quand ils auront fini, posez les questions suivantes pour animer la discussion :
 - Cet exercice vous a-t-il paru facile ou difficile ? Pourquoi ?
 - Qu'avez-vous ressenti en faisant cet exercice ? Était-il divertissant ? Frustrant ?
 - Quelles caractéristiques avez-vous utilisées pour vous décrire ?

- Quelles caractéristiques sont-elles importantes pour les relations saines ?
- Qu'avez-vous appris de cette activité ?

Clôture

Avant d'entamer une relation sentimentale, il est important de vous connaître, de vous aimer et de savoir ce que vous pouvez apporter à la relation. Beaucoup de personnes seules pensent qu'elles sont prêtes à avoir une relation, mais souvent elles n'en savent pas suffisamment sur elles-mêmes pour réussir.

En conséquence, elles peuvent souvent se retrouver dans des relations malsaines. Les relations saines sont basées sur la connaissance et l'amour de soi, puis sur la capacité d'identifier les qualités qui nous intéressent.

Polycopié 15 :

Créer une annonce personnelle

Pour cet exercice, vous devez créer une annonce personnelle pour un journal ou un site internet. Vous devez réfléchir à vos atouts et les documenter. Vous devez également réfléchir sur ce que vous souhaitez de la part d'un partenaire sentimental.

Les adjectifs suivants peuvent être utiles pour vous décrire ou décrire votre partenaire sentimental/e :

Aspects physiques :

Petit(e) / de taille moyenne / grand(e)
 Cheveux longs / cheveux courts
 Race / groupe ethnique
 Homme / femme / transsexuel
 Jeune / âgé (notez l'âge si vous le souhaitez)

Personnalité :

Sociable
 Timide
 Dynamique
 Artiste
 Honnête
 Sincère
 Communicatif/ve
 Vit de façon positive

Vous pouvez également noter :

Passe-temps
 Intérêts
 Profession
 Niveau d'instruction
 Aime / n'aime pas
 Religion / affiliation politique
 Expérience

Athlétique
 Drôle
 Digne de confiance

Annonce personnelle pour vous-même (limite de 25 mots) : _____

Annonce personnelle pour votre partenaire (limite de 25 mots) : _____

5.2 Il s'agit de définir le / la partenaire idéal/le

Objectifs

1. Être capable de citer les qualités personnelles que les participants souhaiteraient trouver chez un/e partenaire sentimental/e.
2. Identifier les différences entre ce que les femmes et les hommes veulent des relations romantiques.
3. Comprendre ce que les femmes et les hommes doivent mieux communiquer par rapport à ce qu'ils veulent les uns des autres dans les relations sentimentales

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyenne ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Papier
- Ruban adhésif
- Crayons ou stylos

Notes de l'animateur

Cette activité examine les opinions des hommes et des femmes par rapport au / à la partenaire idéal/e. Dans la plupart des cas, les participants partiront du principe qu'il s'agit de partenaires hétérosexuels. Mais il peut y avoir des participants homosexuels. Il se peut qu'il y ait plusieurs groupes dans lesquels un ou plusieurs participants ait été sexuellement attiré par, ou ait eu des relations sexuelles avec quelqu'un de leur propre sexe. Il est important de faire preuve d'ouverture d'esprit par rapport à ces questions avec les groupes ; c'est le meilleur moyen de défier le silence qui entoure l'homosexualité dans de nombreux pays à travers le monde. Ce silence est fondé sur une homophobie malsaine qui se perpétue et fait du mal aux homosexuels.

Étapes

1. Divisez les participants en petits groupes d'environ cinq personnes. S'il y a des femmes et des hommes dans l'atelier, créez des groupes du même sexe. S'il n'y a qu'une ou deux femmes, demandez à certains hommes de rejoindre le groupe et de participer à la discussion comme s'ils étaient des femmes. S'il n'y a pas de femme dans l'atelier, demandez à un des groupes d'hommes de faire l'activité comme s'ils étaient des femmes.
2. Donnez une feuille de papier et un crayon ou stylo à chaque participant. Demandez-leur de noter toutes les qualités qu'ils souhaiteraient trouver chez un/e partenaire sentimental/e. Accordez-leur cinq minutes. Passez entre les groupes pendant qu'ils écrivent leurs réponses, et faites des suggestions (des exemples concrets de qualités) s'ils s'éloignent du sujet. Si les participants ne notent que des caractéristiques physiques, encouragez-les à réfléchir à d'autres qualités qu'ils souhaiteraient trouver chez un/e partenaire.

3. Quand le temps imparti s'est écoulé, demandez aux participants de faire part de ce qu'ils ont écrit à leurs groupes. Dites à chaque groupe de choisir les trois qualités les plus importantes pour eux, et de les noter sur une feuille de tableau à feuilles.
4. Lorsque les groupes ont terminé, demandez à chacun de présenter sa liste au reste des participants. Après les présentations, discutez de l'activité en posant les questions suivantes :
 - Dans quelle mesure les qualités des partenaires sentimentaux idéaux sont-elles similaires pour les différents groupes ?
 - Y a-t-il des différences entre les définitions des partenaires sentimentaux idéaux des groupes masculins et celles des groupes féminins ?
 - Quelles sont ces différences ? Comment les expliquez-vous ? Y avait-il des différences positives ? Des différences négatives ?
 - Quelles sont les différences entre ce que les hommes et les femmes souhaitent avoir dans les relations romantiques ? Comment ces attentes influencent-elles les relations romantiques ?
 - Dans quelle mesure les rôles des hommes et des femmes sont-ils égaux dans les relations ?
 - Si les rôles ne sont pas égaux, pourquoi est-ce le cas ? Est-ce juste ? Si les rôles ne sont pas égaux, quelles peuvent être les conséquences ?
 - D'après vous, les hommes et les femmes communiquent-ils efficacement sur ce qu'ils attendent d'une relation romantique ? Pourquoi ?
 - Pourquoi est-il important de mieux communiquer au sujet de ce qu'ils souhaitent les uns des autres dans les relations sentimentales ?
 - De quoi les femmes et les hommes ont-ils besoin pour mieux communiquer sur ce qu'ils veulent les uns des autres dans les relations sentimentales ?
 - Qu'avez-vous appris de cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait s'appliquer à vos relations dans votre propre vie ?
5. Demandez au groupe s'il a des suggestions d'action pour soutenir les femmes et les hommes afin d'établir et d'entretenir de meilleures relations sentimentales. Si vous utilisez le Modèle écologique pour la planification, vous pouvez noter ces idées sur le tableau.

Clôture

Il y a de nombreuses normes culturelles ou croyances par rapport aux rôles que les hommes et les femmes doivent jouer dans leurs relations. Certaines de ces normes, telles que l'idée selon laquelle « les hommes doivent prendre toutes les initiatives au sein du couple », peuvent renforcer les dynamiques inégales du pouvoir et créer des situations de vulnérabilité pour les femmes et les hommes. Par exemple, cette norme peut mener les hommes à partir du principe qu'ils doivent prendre toutes les décisions par rapport à la sexualité et la prévention, même lorsqu'ils ne disposent pas de toutes les connaissances nécessaires sur ces questions, et les femmes peuvent se sentir mal à l'aise à l'idée de négocier. Une relation saine et équitable requiert des efforts de la part des deux partenaires. Les deux doivent œuvrer pour communiquer leurs attentes, leurs besoins et leurs désirs de même que pour comprendre les besoins et désirs de l'autre.

5.3 De la violence au respect dans les relations intimes

Objectif

1. Discuter du recours à la violence dans les relations intimes et de la manière de construire des relations intimes fondées sur le respect.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes (avec adaptation) ou groupes mixtes ; **Niveau d’alphabétisation** : moyen ; **Ressources** : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif

Notes de l’animateur

Il est important de comprendre que les hommes peuvent ressentir une certaine impuissance lorsqu’il faut répondre à la violence perpétrée par d’autres hommes. Beaucoup peuvent croire qu’ils ne devraient pas se mêler aux affaires d’autres hommes. Durant cette activité, il est important d’explorer le silence et l’impuissance que les hommes peuvent ressentir lorsqu’ils sont témoins d’actes de violence domestique.

Cette activité a recours à des jeux de rôles avec des personnages féminins. Si vous travaillez avec un groupe uniquement masculin, certains hommes / garçons peuvent se montrer réticents à l’idée de jouer le rôle d’une femme. Encouragez les membres du groupe à faire preuve de flexibilité. Par exemple, si aucun d’entre eux n’accepte de jouer le rôle d’un personnage féminin, vous pouvez leur demander de décrire les scènes en utilisant le tableau à feuilles.

Étapes

1. Expliquez aux participants que l’objectif de cette activité est de discuter et d’analyser les divers types de violence auxquels nous avons parfois recours dans le cadre de nos relations intimes, et évoquez les manières de montrer et de vivre des relations intimes fondées sur le respect.
2. Divisez les participants en petits groupes et demandez-leur d’inventer un jeu de rôles court.
3. Demandez à deux groupes de présenter une relation intime – petit ami / petite amie ou époux / épouse – montrant des scènes de violence. Insistez sur le fait que la violence décrite dans le sketch peut être physique, mais ne doit pas nécessairement l’être. Demandez-leur d’être réalistes, en utilisant des exemples de personnes et d’incidents auxquels ils ont assisté ou dont ils ont entendu parler dans leur communauté.
4. Demandez aux autres groupes de présenter à leur tour une relation intime, mais fondée sur le respect mutuel. Il peut y avoir des conflits et différences d’opinion, mais la présentation doit montrer ce à quoi ressemble le respect et ne doit pas inclure la violence. Accordez 15 à 20 minutes pour créer l’histoire ou les scènes, et ensuite demandez-leur de présenter au groupe dans son ensemble.

5. Chaque groupe doit disposer d'environ cinq minutes pour présenter son sketch, les autres groupes étant autorisés à poser des questions à la fin.
6. Lorsque tous les groupes ont eu leur tour, dresser une liste des points suivants sur le tableau à feuilles :
 - Quelles sont les caractéristiques d'une relation violente ?
 - Quand la violence survient-elle dans les relations ? Encouragez les participants à réfléchir sur diverses formes de violence dans des relations intimes (contrôle, coercition, cris), de même que la violence physique.
 - Pourquoi la violence survient-elle souvent dans les relations ?
 - Quelles caractéristiques rendent une relation saine ?
 - Que faut-il pour avoir une relation respectueuse ?
7. Discutez des questions suivantes :
 - Les exemples de violence présentés dans les sketches sont-ils réalistes ? Voyez-vous des situations similaires dans votre communauté ?
 - Selon vous, quelles sont les causes de la violence dans les relations intimes ?
 - Dans les sketches décrivant la violence, comment les personnages auraient-ils pu agir différemment ?
 - Selon vous, pourquoi certaines personnes restent-elles dans des relations malsaines ? Ces raisons sont-elles différentes pour les femmes que pour les hommes ? Pourquoi ?
 - Les hommes sont-ils les seuls à utiliser la violence contre les femmes, ou les femmes ont-elles, elles aussi, recours à la violence ?
 - Lorsque vous voyez des couples qui ont recours à la violence, que faites-vous normalement ? Qu'auriez-vous pu faire ? Où pouvez-vous aller pour avoir de l'aide ?
 - Quels rôles l'alcool et d'autres drogues jouent-ils lorsqu'il est question de violence dans les relations ?
 - Quelles sont les conséquences de la violence perpétrée dans le cadre d'une relation intime ?
 - Quel est le lien entre la violence et le VIH ?
 - Comment la société / la communauté réagissent-elles face à la violence dans le cadre de relations ?
 - À quoi une relation intime saine ressemble-t-elle ? Voyez-vous des exemples de relations respectueuses dans votre famille et communauté ?
 - Que pouvez-vous faire individuellement pour construire des relations intimes saines ? Comment les amis et la famille peuvent-ils aider les personnes qui ont une relation malsaine ?
 - Que pouvez-vous faire dans votre communauté ?
 - De quel type de compétences et de soutien les hommes ont-ils besoin pour créer des relations plus saines ?
8. Terminer l'activité en prenant note de toute suggestion d'action sur le Modèle écologique.

Clôture

Toutes les relations sont confrontées à des conflits. C'est la manière dont vous gérez ce conflit qui fait la différence. Apprendre comment prendre le temps de réfléchir sur vos sentiments et vous exprimer de manière calme et paisible représente une part importante de la construction d'une relation saine et respectueuse.

Dans les relations saines, les deux partenaires sont heureux d'être ensemble. Dans les mauvaises relations, un des partenaires voire les deux ne sont pas heureux en raison de problèmes incessants qui ne sont pas résolus. Le genre joue un rôle par rapport à la personne qui reste dans une mauvaise relation. En général, les femmes ont plus de difficultés que les hommes lorsqu'il est question de sortir d'une mauvaise relation. Les femmes gagnent moins d'argent que les hommes et elles ont moins d'influence sur les ressources économiques (terre, crédit). D'un point de vue social, les femmes sont plus stigmatisées lorsqu'elles sont divorcées ou séparées. Une grande pression sociale pèse sur les femmes afin qu'elles préservent la famille.

En tant qu'homme, il est important de réfléchir sur la manière dont vous réagissez lorsque quelqu'un a une opinion différente de la vôtre ou lorsque quelqu'un fait quelque chose qui vous met en colère. Parfois, si vous ne prenez pas le temps de penser à vos sentiments, vous pouvez réagir d'une façon qui peut s'avérer blessante ou violente pour une autre personne ou vous-même. Les hommes ont besoin de compétences et de soutien pour évoquer avec leurs épouses et petites amies la possibilité d'établir des relations meilleures. Il y a peu de soutien pour aider soit hommes soit les femmes à améliorer leurs relations. Mais les règles de genre visant les femmes leur permettent de se demander de l'aide entre elles et de parler de leurs sentiments. Les règles de genre visant les hommes leur permettent difficilement de solliciter du soutien sur des questions personnelles ou de montrer leurs émotions. La première étape pour établir des relations plus saines est de remettre en question ces règles de genre. Les hommes ont besoin d'avoir plus d'opportunités et de la permission de demander de l'aide. Les hommes doivent aussi bénéficier d'une formation spécifique sur la manière de parler de leurs sentiments et de leurs relations.

Liens

L'activité intitulée « **Exprimer mes émotions** » donne aux hommes l'occasion d'examiner la facilité ou la difficulté qu'ils éprouvent pour exprimer la colère et d'autres émotions et de réfléchir sur la manière dont ceci a un impact sur eux et leurs relations.

Dans l'activité intitulée « **Veux.... ne veux pas.... veux.... ne veux pas** », les hommes peuvent s'exercer pour résoudre les désaccords dans les relations intimes. Cette activité est rédigée dans des termes visant à négocier l'abstinence ou les rapports sexuels, mais elle peut être adaptée pour explorer la manière de gérer d'autres différences d'opinion ou les désirs pouvant émerger dans une relation.

L'activité intitulée « **Personnes et choses** » encourage les hommes à réfléchir sur les relations de pouvoir inégales entre les hommes et les femmes de même que les implications qu'elles comportent pour les relations et la communication.

5.4 Communication efficace

Objectif

1. Développer les compétences pour communiquer avec assurance.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Préparation

Avant la session, préparez trois tableau à feuilless avec les titres suivants :

Tableau à feuilles 1 :

Communication passive

Communication agressive

Communication avec assurance

Tableau à feuilles 2 : Communication avec assurance

Affirmation commençant par « je » – CLAIRE (directe) et PROPRE (sans accusation ou jugement)

Formule = ACTION + RÉPONSE + RAISON + SUGGESTIONS

L'action : « Quand... » Soyez précis et ne portez pas de jugement

Ma réponse : « Je pense... » Contentez-vous d'évoquer vos propres sentiments

Raison : « ... parce que.... » (Optionnel)

Suggestions : « J'aimerais que..... » (Demandez mais n'exigez pas)

Tableau à feuilles 2 :

Que dites-vous à une personne qui essaie de vous persuader ?

Refusez : dites non clairement ou fermement, et si nécessaire, partez.

- « Non, non, c'est vraiment non »
- « Non, merci »
- « Non, non – Je pars »

Retardez la décision : reportez une décision jusqu'à ce que vous puissiez y réfléchir

- « Je ne suis pas prêt/e pour le moment »
- « On peut peut-être en parler plus tard »
- « J'aimerais d'abord parler avec un/e ami/e »

Négociez : essayez de prendre une décision que les deux personnes peuvent accepter

- « Et si on... Plutôt »
- « Je ne ferai pas ça, mais peut-être qu'on pourrait ... »
- « Qu'est-ce qui nous rendrait tous les deux contents ? »

Notes de l'animateur

Remplacez les noms des exemples et questions par des noms adaptés au contexte local.

Lorsque nous apprenons aux gens à être sûrs d'eux, nous devons également leur apprendre à évaluer les situations et préserver leur sécurité personnelle. Dans certaines situations, le fait de s'exprimer et de communiquer avec assurance peut s'avérer dangereux (si quelqu'un a une arme, a bu de l'alcool ou prend des drogues, est très en colère, etc.)

Lorsque vous présentez le sujet d'assurance, tâchez de vous souvenir que le fait de communiquer avec assurance, surtout pour les femmes, n'est pas considéré comme normal dans certaines cultures. Les enseignements culturels par rapport à la confiance en soi varieront selon les participants. Certains seront issus de familles dans lesquelles s'exprimer ou refuser quelque chose, surtout de la part d'un adulte ou d'un homme, est considéré comme inadapté.

Vous ne devez pas encourager les personnes à se comporter d'une manière qui pourrait avoir des conséquences négatives pour eux dans leurs cultures ou cercles familiaux. Il est cependant important que tous les participants comprennent que dans certaines situations, se comporter avec assurance donnera des résultats positifs (parmi les exemples, on peut citer la pression exercée par les partenaires sentimentaux ou les pairs pour avoir des relations sexuelles, boire de l'alcool ou consommer d'autres drogues, etc.).

Étapes

1. Tout d'abord, demandez au groupe de décrire ce qu'est « une communication avec assurance ». Après plusieurs réponses, montrez aux participants le premier tableau à feuilles et expliquez qu'il y a trois types de communication : passive, agressive et avec assurance.
2. Dites au groupe qu'il est très important que nous évaluions une situation et que nous préservions notre sécurité personnelle avant de communiquer de façon assurée. Par exemple, si quelqu'un consomme des drogues, est saoul ou possède une arme, ce n'est peut-être pas le moment de s'exprimer. Cependant, dans les relations sentimentales, il faut savoir s'affirmer avec confiance.
3. Dites aux participants que pour que la communication soit efficace en cas de situation difficile, il faut choisir le mode de communication le plus adapté. Lisez les scénarios suivants à haute voix :

Kagiso et Nomvula sortent ensemble depuis trois mois. Durant cette période, ils ont eu des relations sexuelles. Une après-midi, Kagiso voulait qu'ils aillent tous les deux voir un film, mais Nomvula a suggéré qu'ils passent du temps ensemble chez Kagiso. Kagiso pensait que Nomvula voulait enfin avoir une relation sexuelle, et il a commencé à lui faire des avances. Nomvula lui a clairement dit qu'elle n'était pas prête à avoir une relation sexuelle, mais Kagiso a continué à faire pression sur elle.

Demandez aux participants d'écrire une phrase décrivant ce que Nomvula devrait faire dans ce type de situation.

Accordez-leur trois minutes, ensuite demandez aux participants de former trois groupes en fonction des critères suivants :

Groupe 1 : Se mettre en colère contre Kagiso et partir

Groupe 2 : Se soumettre aux avances et accepter d'avoir une relation sexuelle

Groupe 3 : Expliquez que vous ne souhaitez pas avoir de relations sexuelles mais que vous voulez continuer à passer du temps ensemble.

4. Une fois que les trois groupes ont été formés, demandez-leur de répondre aux questions suivantes en tant que groupe :
 - Pourquoi pensez-vous que cette réponse est adaptée ?
 - Quelles peuvent être les conséquences de cette réponse ?
5. Accordez cinq minutes pour chaque discussion, ensuite demandez à tout le monde de s'asseoir.
6. Demandez à un participant de chaque groupe de faire part de ses réponses aux questions. Notez les points essentiels dans trois colonnes séparées sur le tableau à feuilles.
7. Utiliser le tableau à feuilles 1 et demandez aux participants de faire correspondre chaque terme avec la liste de conséquences par rapport aux réponses.
8. Examinez les choix de Nomvula une fois de plus, et montrez pourquoi l'assurance constitue le meilleur choix dans une telle situation.
 - La réponse passive : un comportement passif suppose que vous n'exprimez pas vos propres besoins et sentiments, ou que vous les exprimez avec tant de faiblesse qu'ils ne seront pas entendus.
 - La réponse agressive : un comportement agressif consiste à demander ce que vous voulez ou à dire ce que vous ressentez d'une manière menaçante, sarcastique ou humiliante susceptible d'offenser autrui.
 - La réponse avec assurance : se comporter en faisant preuve de confiance en soi suppose que vous demandez ce que vous voulez ou que vous dites ce que vous ressentez de manière honnête et respectueuse, de façon à ne pas empiéter sur les droits d'une autre personne et ne pas l'humilier.
9. Ensuite, demandez à deux volontaires de faire un jeu de rôle dans lequel Nomvula répond avec assurance.
10. Terminez l'activité en posant les questions suivantes en vue d'une discussion :
 - Étiez-vous surpris par une des réponses données durant l'exercice ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Qu'avez-vous pensé du concept de parler avec assurance ?
 - Aurait-ce été différent si les rôles avaient été inverses (Kagiso ne voulait pas avoir de relations sexuelles et Nomvula poussait Kagiso à en avoir) ?
 - Pourquoi est-il si difficile pour certaines personnes d'affirmer leur point de vue ?
 - Pensez-vous qu'il y ait des différences relevant du genre qui affectent l'assurance d'une personne ?
 - Dans quelle mesure, le manque de confiance en soi dans la communication met-elle les personnes dans des situations à risque de relations sexuelles non protégées et d'infections sexuellement transmissibles ?
 - Qu'avez-vous appris de cet exercice ?

11. Pour terminer l'activité, examinez les manières dont les participants peuvent faire preuve d'assurance en passant en revue les tableau à feuilles 2 et 3 avec eux.

Clôture

Bien que la confiance en soi ne vienne pas toujours naturellement, il faut réfléchir au moment où il est essentiel de s'affirmer dans la mesure où cela peut comporter de nombreux avantages. Cependant, vous devez déterminer le moment le plus opportun pour ce comportement et vous assurer d'être en sécurité. Dans certaines situations, s'exprimer et communiquer avec assurance peut s'avérer dangereux (si quelqu'un a une arme, a bu ou pris des drogues, est extrêmement en colère, etc.). si vous vous sentez mal à l'aise à l'idée de vous affirmer, vous pouvez vous exercer dans des situations « fictives » avec des personnes en qui vous avez confiance, telles que des amis ou des membres de la famille.

5.5 Consentement sexuel

Objectifs

1. Identifier les situations dans lesquelles le consentement aux relations sexuelles n'est pas donné.
2. Identifier les manières dont les hommes peuvent mieux comprendre lorsqu'il y a consentement aux relations sexuelles.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; Niveau d'alphabétisation : tout niveau ;
Ressources : faibles

Durée

60 minutes

Supports

- Deux affiches (« Consentement » et « Pas de consentement »). Examiner les scénarios fournis ci-dessous. Choisissez-en cinq ou six qui seront propices à la meilleure discussion.

Préparation

1. Un homme a épousé une femme après avoir payé une dote. Ils ont eu des rapports sexuels régulièrement mais la femme a dit à son mari qu'elle ne voulait pas en avoir cette fois-là. L'homme force tout de même son épouse à avoir une relation sexuelle avec lui. (Pas de consentement)
2. Une jeune femme se saoule durant une fête. Elle flirte avec un jeune homme et l'embrasse. Après avoir dansé ensemble, ils vont dans une chambre et elle s'endort, ivre-morte. Le jeune homme a des rapports avec elle pendant qu'elle dort. (Pas de consentement)
3. Une femme et un homme s'embrassent sur un lit alors qu'ils sont dévêtus. Ils n'ont jamais eu de relations sexuelles auparavant. L'homme la pénètre et elle lui demande d'arrêter. Il ne s'arrête pas Bien qu'elle lui demande continuellement d'arrêter. (Pas de consentement)
4. Une femme et un homme s'embrassent sur un lit alors qu'ils sont dévêtus. Ils n'ont jamais eu de relations sexuelles auparavant. L'homme la pénètre et elle ne dit rien. (Pas suffisamment d'information – qu'est-ce qui nous permettrait de savoir qu'il y a eu consentement ?)
5. Une femme ne veut pas avoir de rapports sexuels. Son partenaire menace de la frapper si elle refuse de coucher avec lui. Elle ne dit rien pendant que son partenaire a un rapport sexuel avec elle. (Pas de consentement).
6. Une femme et un homme s'embrassent sur un lit alors qu'ils sont dévêtus. Ils n'ont jamais eu de relations sexuelles auparavant. L'homme demande si elle est d'accord pour qu'il la pénètre et elle répond que oui. Ils continuent et ont un rapport sexuel. (Consentement)

Étapes

1. Avant que l'activité commence, accrochez les deux affiches, une de chaque côté de la pièce.
2. Demandez aux participants de se référer à l'exercice effectué précédemment sur la sexualité. Expliquez que le cercle final, intitulé 'La sexualité pour contrôler les autres', implique souvent des situations dans lesquelles l'activité sexuelle n'est pas acceptée. Cette activité va examiner les cas où le consentement existe et les cas où il n'existe pas.

3. Dites aux participants que le groupe discutera la question du consentement sexuel. Examinez la définition du consentement sexuel : « L'activité sexuelle que les deux personnes souhaitent et choisissent librement. »
4. Demandez au groupe de dire pourquoi il est important que chaque être humain ait le droit de consentir à une relation sexuelle.
5. Expliquez que vous allez montrer des scénarios, et que le groupe devra décider si la personne représentée souhaite des rapports sexuels et les choisit en toute liberté.
6. Lisez la première affirmation. Demandez aux participants de se tenir à côté de l'affiche qui reflète leur opinion sur cette affirmation. Ensuite demandez à un ou deux participants de justifier leur opinion.
7. Après que quelques participants ont parlé de leurs attitudes vis-à-vis de l'affirmation, demandez si quelqu'un souhaite changer d'avis et se déplacer vers une autre affiche. Après chaque affirmation, dites pourquoi le scénario démontre qu'il y a consentement ou non. La bonne réponse apparaît entre parenthèse. Expliquez tout malentendu de la part des participants.
8. Rassemblez tout le monde et lisez l'affirmation suivante. Faites-le pour chacune des affirmations que vous avez choisies.
9. Après avoir discuté l'ensemble, posez les questions suivantes :
 - Pour quelles affirmations était-il difficile de prendre position ? Pourquoi ?
 - Que peuvent faire les hommes pour bien comprendre le consentement de leurs partenaires ?
 - Comment les rapports sexuels sans consentement peuvent-ils contribuer à la propagation du VIH ?
 - Quels sont les effets subis par une femme qui a été contrainte par un homme d'avoir des rapports sexuels ?
 - Que peut faire un homme s'il ne sait pas vraiment si une femme veut avoir une relation sexuelle ou non ?
 - Comment peut-on améliorer les attitudes, la compréhension et l'acceptation des hommes concernant le fait qu'une femme a le droit de refuser des rapports sexuels ?

Clôture

Il est illégal de contraindre quelqu'un à avoir des rapports sexuels, c'est une violation flagrante des droits humains qui a un effet dévastateur sur la personne violée. Il est important de se souvenir que le consentement est nécessaire pour tout contact sexuel même si les partenaires sont mariés ou ont eu des relations sexuelles auparavant. Le respect et la bonne communication constituent les meilleures stratégies pour faire en sorte que les relations sexuelles fassent l'objet d'un consensus et soient agréables pour les deux partenaires.

5.6 Harcèlement sexuel

Objectifs

1. Identifier les différents types de harcèlement sexuel.
2. Définir les éléments qui font qu'un comportement donné constitue une forme harcèlement sexuel.
3. Apprendre ce qu'est la responsabilité personnelle pour mettre un terme aux comportements assimilés au harcèlement sexuel.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 16 : Est-ce du harcèlement sexuel ? pour l'ensemble des participants.
- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Préparation

Préparer les tableau à feuilless sur les « Différents types de harcèlement sexuel » comme montré ci-dessous.

Flirt et amitié	Limite	Harcèlement dans un environnement hostile	Échange forcé de faveurs	Agression sexuelle
Ceci n'est pas du harcèlement Comportement opportun pour les deux personnes	Ceci n'est pas du harcèlement Un certain degré de ce comportement est inopportun	Harcèlement sexuel Le comportement n'est pas acceptable et envahissant	Harcèlement sexuel Le comportement n'est pas acceptable et il est menaçant	Plus grave que le harcèlement sexuel Le contact est contraint

Étapes

1. Demandez aux participants de définir le harcèlement sexuel. Écrivez leurs suggestions sur le tableau ou une feuille de tableau à feuilles, et passez deux ou trois minutes à en discuter. Dites-leur que cette session les aidera à comprendre que le harcèlement peut avoir différentes définitions.
2. Expliquez aux participants que le harcèlement sexuel est défini par la personne qui le subit. Le harcèlement se définit en fonction de la manière dont une personne ressent le langage et le comportement d'autrui. Dans la plupart des cas, le harcèlement sexuel implique une personne qui utilise le sexe pour exercer son pouvoir sur une autre personne qu'elle rendra ainsi mal à l'aise, menacée et heurtée d'une certaine façon.
3. Expliquez qu'en général on parle du harcèlement sexuel à l'école ou au travail, les deux endroits principaux où ce comportement est signalé. Il est important de se souvenir que le harcèlement sexuel peut

également se produire ailleurs et qu'il n'est jamais acceptable. En ce sens, le problème du harcèlement sexuel est un assez semblable à celui du racisme. Il existe partout, mais l'école et le lieu de travail sont capables de s'opposer plus facilement à ce type de comportement.

4. Montrez aux participants les différents types de harcèlement sexuel :

Flirt et amitié	Limite	Harcèlement dans un environnement hostile	Échange forcé de faveurs	Agression sexuelle
Ceci n'est pas du harcèlement Comportement opportun pour les deux personnes	Ceci n'est pas du harcèlement Un certain degré de comportement est inopportun	Harcèlement sexuel Le comportement n'est pas acceptable et envahissant	Harcèlement sexuel Le comportement n'est pas acceptable et il est menaçant	Plus grave que le harcèlement sexuel Le contact est contraint

5. Expliquez que le premier type de harcèlement est nommé *Harcèlement dans un environnement hostile*. Il y a quatre types de facteurs qui définissent ce scénario. Le Harcèlement dans un environnement hostile repose sur un comportement, une attitude ou un langage qui est (1) inopportun, (2) envahissant, (3) lié au genre ; ou (4) qui interfère avec le travail d'étudiants ou d'employés. Définissez chacun de ces facteurs :
6. *Un comportement inopportun* ne fait pas seulement référence à des actes contrariais ou offensants. La loi pardonne les accidents ou une certaine insensibilité. Un comportement est inacceptable lorsqu'il fait qu'une personne ressent de la frayeur, de la peur, de l'anxiété, de la préoccupation ou de la tristesse. Si une personne avec laquelle vous ne voulez pas sortir vous invite à un rendez-vous, est-ce un comportement inopportun ? Et si la personne ne cesse de vous refaire des avances après que vous refusé ? A partir de quel point pensez-vous que les avances deviennent inopportunes ? On peut ne pas vouloir le rendez-vous, mais la demande n'est pas nécessairement inopportune d'un point de vue légal. Il ne s'agit pas forcément de harcèlement.
7. *Un comportement envahissant* peut être un comportement contrariant toujours présent. Le fait de faire une plaisanterie à connotation sexuelle ne constitue pas du harcèlement, mais lorsque de telles plaisanteries sont systématiques, il y a harcèlement. Combien de fois faut-il que cela arrive avant que cela devienne envahissant ? Le comportement envahissant signifie qu'il s'est généralisé à tel point qu'il est inévitable.
8. *Un comportement lié au genre* signifie que le comportement contrariant doit être lié au genre ; c'est-à-dire qu'il doit intégrer des mots à caractère sexuel, des comportements ou des attitudes choquantes. Il peut s'agir d'une affirmation sur le genre, par exemple, « Tous les garçons sont des porcs ! ».
9. *Un comportement qui interfère avec le travail d'étudiants ou d'employés*, implique que le comportement contrariant rend l'école ou l'environnement professionnel si inconfortable que la victime ne souhaite plus y aller, évite certains cours ou certaines réunions, ou ne peut pas faire son travail correctement.
10. Expliquez que ces éléments relevant d'un environnement hostile de harcèlement n'apparaissent pas de façon soudaine et s'installent dans le temps. Mais une seule action scandaleuse peut également entrer dans cette catégorie. Si une action est si inacceptable que toute personne raisonnable serait offensée, elle peut être définie comme un harcèlement sexuel dans un environnement hostile.
11. Expliquez qu'un *échange forcé de faveurs* survient lorsque quelqu'un se sert de son pouvoir pour avoir des rapports sexuels avec quelqu'un d'autre. Cela peut être un chantage ou un acte de corruption pour forcer quelqu'un à avoir des rapports sexuels en échange de quelque chose d'avantageux (par exemple, une meilleure note ou un autre rendez-vous). Cela peut également être utilisé pour empê-

cher quelque chose de négatif (par exemple, menacer de révéler le secret d'une personne si elle refuse les avances).

12. Expliquez que ce que n'est pas le harcèlement sexuel. Les taquineries bon enfant, le sarcasme, la compétition, les attirances et incompatibilités, les conflits et les désaccords interpersonnels font partie de la vie de tous les jours. Ces actions ne relèvent pas nécessairement du harcèlement sexuel. Tout le monde passe par la colère, la tristesse ou la peur. Des personnes peuvent vous offenser ou vous faire peur mais ces sentiments ne sont pas toujours causés par le harcèlement sexuel. ils peuvent résulter d'autres comportements.
13. Distribuez le Polycopié 16. Lisez à haute voix chaque affirmation et demandez aux participants de déterminer si chaque situation présente un harcèlement et si oui, de quel type de harcèlement il s'agit et pourquoi. Discutez de chaque situation avec le groupe. A chaque fois que les participants se montrent incertains, rappelez-leur les deux types de harcèlement et ce que cela implique.
14. Terminez la session avec les questions suivantes en vue d'une discussion :
 - Pourquoi est-il souvent difficile ou impossible pour la personne harcelée de dire à celle qui harcèle d'arrêter ? Pourquoi est-ce si difficile de parler franchement et d'établir ses limites ?
 - Que faut-il faire pour éliminer le harcèlement ? Qui doit se charger d'éliminer le harcèlement ?

Clôture

Les gens pensent souvent que le harcèlement sexuel implique seulement les contacts physiques non désirés. Cependant, comme l'activité l'a montré, le harcèlement sexuel prend différentes formes. C'est un comportement inopportun, envahissant et / ou menaçant. Les agressions sexuelles sont plus extrêmes que le harcèlement sexuel ; il s'agit de comportements physiques non désirés. Si vous avez subi du harcèlement sexuel ou si vous avez été agressé/e sexuellement, il est important de le dire à quelqu'un de manière à apprendre comment obtenir de l'aide et du soutien.

Polycopié 16 : **S'agit-il de harcèlement sexuel ?**

1. Thabo donne une claque sur le derrière de Neo à chaque fois qu'elle passe.
2. Tonya dit à Sipho que s'il n'a pas relation sexuelle avec elle, elle va faire en sorte qu'il n'ait jamais d'augmentation.
3. Anwar écrit les mots « Je veux coucher avec toi » sur le bureau de Cheryl au travail.
4. Sello demande à Brenda de sortir avec lui cinq jours d'affilée, et elle refuse à chaque fois.
5. Marlon et Xoliswa s'embrassent tout le temps durant les heures de travail.
6. Les gens se moquent de la taille des seins de Kim.
7. Sheila passe à côté de la salle de pause et entend un groupe d'hommes parler de leur forte envie de coucher avec elle.
8. La page centrale d'un magazine pornographique est affichée au mur de la salle de pause.
9. Jane raconte une blague à connotation sexuelle à Carla qui la trouve de mauvais goût.
10. Mike dit à Obed qu'il est très attirant. Mike regarde toujours fixement les fesses d'Obed et le siffle à chaque fois qu'il passe.
11. Comme cadeau d'au revoir, un groupe de collègues achète un gâteau d'anniversaire en forme de pénis pour Linda. Tout le monde fait des plaisanteries en voyant les autres mettre un pénis dans leurs bouches.
12. Un superviseur a l'habitude de serrer ses employées dans ses bras chaque matin lorsqu'elles arrivent au travail.
13. Les deux hommes qui travaillent dans un bureau autrement composé de femmes sont toujours chargés de bouger les meubles et de porter ou de charger des choses lourdes.

5.7 Relations saines et malsaines

Objectif

1. Être capable d'identifier les comportements sains et malsains dans les relations.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

75 minutes

Supports

- Trois cartes sur les « Différents types de relations » (voir Préparation)
- Un jeu de cartes sur les « Situations relatives aux relations » (voir Préparation)
- Feuilles de tableau à feuilles, stylos et ruban adhésif

Préparation

Avant l'activité, écrivez les termes suivants en gros caractères sur des feuilles séparées : « Très saine », « Très malsaine », et « Cela dépend ». Écrivez aussi les situations suivantes par rapport aux relations sur une carte séparée (ou feuille de papier) :

- La chose la plus importante dans une relation, c'est le sexe.
- Vous n'êtes jamais en désaccord avec votre partenaire.
- Vous passez du temps seul sans votre partenaire.
- Vous vous divertissez lorsque vous êtes avec votre partenaire.
- Votre partenaire est toujours proche de son ex-petit/e ami/e.
- Vous vous sentez de plus en plus proche de votre partenaire au fil du temps.
- Vous feriez n'importe quoi pour votre partenaire.
- Le sexe n'est pas évoqué.
- Une personne prend les décisions pour le couple.
- Vous restez dans cette relation car c'est mieux que d'être seul/e.
- Vous contrôlez la situation et vous êtes capable de faire ce que vous voulez.
- Une personne frappe l'autre pour le / la faire obéir.
- Vous parlez de problèmes lorsqu'ils arrivent dans la relation.
- Vous vous disputez et vous battez souvent.

Si vous n'avez pas de carte / papier, vous pouvez tout simplement lire chaque cas à haute voix pour les participants.

Notes de l'animateur

Dans les relations saines, les deux partenaires sont heureux d'être avec l'autre personne. Dans les relations malsaines, un partenaire ou les deux sont malheureux en raison de problèmes persistants qui ne sont pas affrontés et résolus.

Le genre a un impact sur le fait que les personnes restent dans des relations malsaines. En général, les femmes éprouvent plus de difficulté à quitter les relations malsaines que les hommes. Les femmes gagnent moins d'argent que les hommes exercent moins de contrôle sur les ressources économiques (terre, crédit). En conséquence, les femmes ont une relation de dépendance économique vis-à-vis de leurs maris. D'un point de vue social, les femmes sont davantage stigmatisées par rapport au fait qu'elles soient divorcées ou séparées. Les femmes subissent une énorme pression sociale pour préserver leurs familles.

Les hommes ont besoin de compétences et de soutien pour parler avec leur épouse et leurs petites amies pour établir des relations plus saines. Les hommes ou les femmes bénéficient de peu de soutien pour rendre leurs relations plus saines. Mais les règles relatives au genre pour les femmes leur permettent de se demander mutuellement du soutien pour évoquer leurs sentiments. Les règles relatives au genre pour les hommes font qu'il est difficile pour eux de demander du soutien concernant des questions personnelles ou pour montrer leurs émotions. La première étape vers les relations plus saines est de remettre en question ces règles. Les hommes doivent avoir plus d'opportunités et la permission de demander du soutien. Les hommes ont également besoin d'une formation spécifique sur la manière de parler de leurs sentiments et de leurs relations.

Étapes

1. Sur le mur situé devant le groupe, placer l'affiche « Très malsaines » sur la gauche et « Très saines » sur la droite. Expliquez qu'il s'agit des « différents types de relations » qui seront évoqués pour discuter des comportements dans les relations. Dites clairement que les relations sentimentales peuvent se situer à n'importe quel endroit sur cet éventail entre ce qui est sain et ce qui est malsain.
2. Répartissez le groupe en paires. Demandez à chaque personne de raconter à son partenaire un exemple de relation saine et de relation malsaine. Les exemples peuvent être tirés de leur propre vie ou de celle de personnes qu'ils connaissent. Accordez cinq minutes à chaque personne de façon à ce qu'elle puisse évoquer ses exemples.
3. Rassemblez tout le monde. Demandez au groupe de définir les relations sentimentales saines ou malsaines. Donnez la définition incluse dans les Notes de l'animateur. Demandez au groupe de faire un brainstorming sur les qualités d'une relation saine. Écrivez-les sous l'affiche « Très saine ». Insistez sur les qualités clés : respect, égalité, responsabilité et honnêteté. Expliquez bien que les caractéristiques d'une relation malsaine sont l'opposé de celles d'une relation saine.
4. À côté des « Différents types de relations », mettez une autre affiche intitulée « Cela dépend ». Ensuite, distribuez les cartes sur les « Situations relatives aux relations » aux participants. Choisissez un des participants au hasard pour qu'il / elle lise ce qui figure sur sa carte. Demandez-leur de dire si une relation dans une situation donnée est saine ou malsaine et pourquoi, d'après eux. Dites-leur de placer la carte à l'endroit approprié sur les « Différents types de relations » ou dans la catégorie « Cela dépend ».
5. Demandez au groupe ce qu'ils pensent du placement. Accordez-leur du temps pour la discussion. S'ils ne sont pas d'accord, rappelez-leur les caractéristiques d'une relation saine (respect, égalité, responsabilité et honnêteté). Demandez-leur si la situation montre ces qualités.
6. Répétez les étapes 4 et 5 pour chacune des cartes « Situation relatives aux relations ». Ensuite, organisez une discussion générale en posant les questions suivantes :
 - Pourquoi pensez-vous que certaines personnes restent dans des relations malsaines ?

- Les raisons sont-elles différentes pour les femmes par rapport aux hommes ? Pourquoi ?
- Comment les amis et la famille peuvent-ils aider les personnes qui sont dans les relations malsaines ?
- De quels types de compétences et de soutien les hommes ont-ils besoin pour créer des relations saines ?

Clôture

Les relations saines sont fondées sur la communication et le respect mutuel. Les décisions sont prises ensemble et aucune des deux personnes ne domine la relation. Les relations malsaines, d'autre part, sont dues à une mauvaise communication et une prise de décision inégale, ce qui rend les conversations sur le comportement sexuel et la contraception très difficiles et met par conséquent les deux partenaires dans une situation à aux IST et au VIH.

5.8 Exprimer mes émotions

Objectif

1. Pour reconnaître les difficultés auxquelles les hommes sont confrontés lorsqu'ils expriment certaines émotions et les conséquences que cela implique pour eux et leurs relations.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Petites feuilles de papier
- Fiche de ressources 18 : [Échantillon de classement d'émotions](#)

Notes de l'animateur

Avant la session, il est recommandé que les animateurs examinent cette activité et réfléchissent sur leurs propres manières d'exprimer des émotions.

Étapes

1. Dessinez cinq colonnes sur le tableau à feuilles et intitulez chacune respectivement : **Peur, Affection, Tristesse, Bonheur** et **Colère** (voir Fiche de ressources 18 pour un exemple de la manière de classer les mots et le classement décrit ci-dessous).
2. Expliquez aux participants qu'ils vont réfléchir et discuter de la facilité ou de la difficulté éprouvée par les hommes pour exprimer diverses émotions.
3. Distribuez une petite feuille de papier à tous les participants et demandez-leur d'y écrire les cinq émotions dans le même ordre que sur le tableau à feuilles. Ensuite lisez les instructions suivantes :
Pensez à celle de ces émotions que vous exprimez avec le plus de facilité. Mettez le numéro un (1) à côté de cette émotion. Ensuite pensez à l'émotion suivante qui est la plus facile à exprimer pour vous et mettez le numéro deux (2) à côté. Mettez le numéro trois (3) à côté de la troisième émotion la plus facile à exprimer pour vous ; elle ne devrait pas être trop difficile à exprimer, mais pas très facile non plus. Ensuite mettez le numéro quatre (4) à côté de l'émotion que vous avez plus de difficulté à exprimer. Enfin, mettez le numéro (5) à côté de l'émotion que vous avez le plus de difficulté à exprimer.
4. Après que les participants ont terminé le classement de leurs émotions, ramassez les feuilles et notez les classements dans les colonnes sur la feuille de tableau à feuilles (voir exemple dans la Fiche de ressources 18).
5. Avec le groupe dans son ensemble, réfléchissez sur les similarités et les différences constatées parmi les participants. Expliquez que :
 - Les émotions que nous avons numérotées en première et seconde positions sont celles que nous avons souvent appris à exprimer de façon exagérée.

- Les émotions numéros quatre et cinq sont celles que nous n'avons pas apprises à exprimer aussi bien ou que nous avons peut-être apprises à réprimer ou à dissimuler.
- L'émotion numéro trois peut être une émotion que nous n'exagérons ou ne réprimons pas mais que nous gérons naturellement.

6. Posez les questions suivantes ci-dessous pour animer une discussion :

- Cette activité vous a-t-elle appris quelque chose sur vous-même ?
- Pourquoi les gens exagèrent ou répriment-ils certaines émotions ? Comment apprennent-ils à le faire ? Quelles sont les conséquences de l'exagération ou de la répression des sentiments ?
- Y a-t-il des similarités dans la manière dont les hommes expriment certaines émotions ?
- Y a-t-il des différences dans la manière dont les hommes et les femmes expriment leurs émotions ? Quelles sont ces différences ?
- Pensez-vous que les femmes expriment certaines émotions plus facilement que les hommes ? Pourquoi ?
- Comment la manière dont nous exprimons nos émotions influence-t-elle nos relations avec d'autres personnes (partenaires, famille, amis, etc.) ? Pourquoi les émotions sont-elles importantes ? Donnez des exemples : la peur nous aide à gérer des situations dangereuses ; la colère nous aide à nous défendre. Demandez aux participants de citer des exemples.
- Comment le fait d'exprimer vos sentiments plus ouvertement peut-il avoir un impact sur votre bien-être ? Vos relations avec d'autres personnes (partenaires sentimentaux, famille, amis, etc.)
- Que pouvez-vous faire pour exprimer vos émotions plus ouvertement ? Comment pouvez-vous être plus flexible dans la manière d'exprimer ce que vous ressentez ? NOTE : Il pourrait être intéressant de demander au groupe dans son ensemble de faire un brainstorming sur les différentes stratégies visant à gérer les émotions et d'encourager tous les participants à noter leurs réflexions personnelles. S'ils le souhaitent, ils peuvent ensuite faire part de leurs réflexions aux autres dans des petits groupes.

Clôture

Les émotions peuvent être perçues comme une forme d'énergie qui vous permet d'exprimer ce qui vous opprime ou vous dérange. Différentes émotions reflètent différents besoins, et il vaut mieux apprendre à gérer toutes vos émotions. Le fait de les exprimer sans faire de mal aux autres, aide à vous rendre plus solide et à mieux comprendre le monde qui vous entoure. La manière dont chacun exprime ses émotions varie d'une personne à l'autre et il est important de noter que les garçons montrent des émotions qui sont liées à la manière dont ils ont été élevés. Souvent, ils cachent leur peur, leur tristesse et même leur gentillesse et expriment leur colère par le biais de la violence. Bien que vous ne soyez pas responsable de certaines des émotions que vous ressentez, vous êtes responsable de vos actes qui en découlent. Il est important de faire la distinction entre les « sentiments » et l' « action », afin de trouver des formes d'expression qui ne nuisent à personne.

Lien

Il peut être utile de faire le lien entre cette activité et celle qui est intitulée « **De la violence à la coexistence pacifique** », dans laquelle les hommes utilisent des techniques théâtrales pour apprendre à faire des choix non violents en matière de gestion de la colère et des conflits relationnels.

Fiche de ressources 18 : Échantillon de classement des émotions

Ci-dessous vous trouverez un exemple d'organisation d'émotions et de réponses des participants. Durant la discussion, les animateurs doivent aider les participants à identifier les similarités et les différences de classement. Par exemple, le tableau ci-dessous montre qu'il y a une répartition quasi égale entre le nombre de participants qui expriment facilement la colère et ceux qui l'expriment difficilement. Cela pourrait mener à une discussion sur les causes de ces différences et sur la facilité ou la difficulté des hommes à exprimer la colère. Cela pourrait également conduire à une discussion sur la manière dont cela affecte les relations des hommes avec la famille, les amis et partenaires. Un autre élément mis en évidence dans le tableau est que la plupart des hommes trouvent qu'il est difficile d'exprimer la peur. Souvent on s'attend à ce que les hommes n'expriment pas la peur ; cet exemple peut servir de base pour une discussion sur la socialisation et les normes sur le genre.

	Peur	Affection	Tristesse	Bonheur	Colère
Participant n° 1	5	4	3	2	1
Participant n° 2	2	3	4	1	5
Participant n° 3	4	1	3	2	5
Participant n° 4	4	3	5	2	1
Participant n° 5	5	1	3	2	4

Note : Il est important de se souvenir que les classements du tableau doivent être anonymes. C'est-à-dire que chaque ligne doit représenter le classement d'un/e participant/e, mais ne pas inclure son nom. Les animateurs peuvent leur attribuer un numéro auquel les participants se référeront facilement durant la discussion.

6. Prévention des IST et du VIH

6.1 Questions brûlantes sur les IST

Objectif

1. Comprendre les informations élémentaires sur les IST et reconnaître les manières dont les individus peuvent prévenir leur contamination par une IST.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : élevées

Durée

30 minutes

Supports

- Affirmations vraies ou fausses
- Neuf grandes cartes comportant un X
- Neuf grandes cartes comportant un O
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 17 : Questions brûlantes et réponses sur les IST pour l'ensemble des participants

Notes de l'animateur

Pour simplifier cette activité, les animateurs peuvent demander aux participants de répondre aux questions eux-mêmes sans utiliser le polycopié. L'avantage est que vous n'avez pas besoin de faire des photocopies des questions. L'inconvénient est que les participants peuvent donner des réponses qui sont partiellement correctes ce qui peut causer de la confusion pour déterminer si les équipes ont donné la bonne réponse.

Étapes

1. Disposez neuf chaises en un carré de trois rangées sur trois, chaque chaise représentant une case d'une grille du jeu de morpion. Demandez à neuf personnes de s'asseoir sur ces chaises et distribuez à chacune une des neuf cartes comportant une affirmation vraie ou fausse.
2. Répartissez le reste des participants dans deux équipes pour jouer au morpion. Une équipe jouera le rôle des X et l'autre celui des O. Chaque équipe dira à son tour si les réponses aux questions « vraies ou fausses » lues par les animateurs sont correctes. Si elle a raison, son X ou O correspondant sera placé dans le carré. Si elle a tort, le X ou O de l'autre équipe sera placé dans le carré. La première équipe qui obtient trois X ou O dans une rangée gagne.

Dessinez une grille du jeu de morpion illustrant la victoire d'une équipe :

X	X	■
X	■	X
■	X	■

(Dans cet exemple, les O gagnent car il y en a trois dans une rangée diagonale.)

3. Tirez à pile ou face pour décider quelle équipe commence. Cette équipe peut décider par quel carré commencer. Les animateurs poseront la question à la personne qui se trouve dans le carré. L'équipe décidera ensuite si elle est d'accord ou pas avec la réponse. La bonne réponse sera alors donnée par les animateurs et si l'équipe a raison, la personne dans le carré correspondant lèvera le X ou O de l'équipe. Si l'équipe a tort, c'est le X ou O de l'autre équipe qui sera levé. Les équipes jouent à tour de rôle, jusqu'à ce qu'une des deux obtienne trois carrés dans une rangée ou tous les carrés sont remplis.
4. À la fin, distribuez le polycopié de manière à ce que les participants aient des réponses à chaque question.

Clôture

Le terme IST signifie infection sexuellement transmissible. Les IST sont un groupe d'infections transmises d'une personne à l'autre par le biais de contact sexuel. Les IST sont le plus souvent transmises par des relations sexuelles orales, vaginales ou anales. Certaines IST, y compris le VIH et la syphilis, peuvent être transmises par la mère à l'enfant durant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement. Pour qu'une infection survienne, une personne doit être infectée et transmettre l'infection à son / sa partenaire. La présence d'autres IST peut accroître le risque de contamination par le VIH et de transmission de ce dernier. Il est important de faire le test de dépistage car il est possible de ne pas présenter de symptômes et pourtant de transmettre l'infection sans le savoir.

Polycopié 17 :

Questions brûlantes et réponses sur les IST

Carré 1 : Que sont les IST et comment les contracte-t-on ?

Réponse Carré 1 : Le sigle IST signifie infections sexuellement transmissibles. Les IST sont un groupe d'infections qui sont transmises d'une personne à l'autre par le biais de rapports sexuels. Les IST sont le plus souvent transmises par des relations sexuelles orales, vaginales ou anales. Certaines IST, y compris le VIH et la syphilis peuvent être transmises par la mère à l'enfant durant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement. Pour qu'une infection survienne, une personne doit être infectée et transmettre l'infection à son / sa partenaire.

Bonne réponse ? OUI !

Carré 2 : Quelles sont les IST les plus graves ?

Réponse Carré 2 : La gonorrhée est l'IST la plus grave. La personne qui en souffre doit être traitée avec des antibiotiques ; si elle n'est pas soignée, elle peut en mourir.

Bonne réponse ? NON ! L'infection par le VIH, qui cause le SIDA, est mortelle. La syphilis peut s'avérer fatale mais elle peut être traitée de manière efficace avec des médicaments. La gonorrhée et la chlamydia, si elles ne sont pas soignées, peuvent entraîner l'infertilité chez les hommes et les femmes. Le papillomavirus humain est une IST qui a plusieurs génotypes. Certains produisent des verrues génitales, dont certaines peuvent causer un cancer du col de l'utérus. Les IST augmentent les risques de contracter le VIH.

Carré 3 : Comment puis-je savoir si j'ai une IST ?

Réponse Carré 3 : Les hommes savent toujours s'ils souffrent d'une IST car soit la miction les brûle soit des cloques se forment sur le pénis. Si ces symptômes ne sont pas présents, il n'y a pas d'infection. Lorsque les femmes contractent des IST, elles ont toujours des pertes vaginales.

Bonne réponse ? NON ! Beaucoup de gens qui souffrent d'IST n'ont pas de symptômes. Lorsque des symptômes apparaissent, ils peuvent inclure des pertes anormales du vagin ou du pénis, des douleurs ou brûlures lors de la miction, des démangeaisons ou irritation des parties génitales, des gonflements ou bosses sur les parties génitales, des rougeurs (y compris sur les paumes des mains et la plante des pieds) et des douleurs pelviennes pour les femmes (douleurs en dessous du nombril).

Carré 4 : Comment puis-je me protéger des IST lors des rapports sexuels ?

Réponse Carré 4 : N'ayez des rapports sexuels qu'avec un partenaire non infecté qui n'a de rapports sexuels qu'avec vous. Si cela n'est pas possible ou si vous ne savez pas si votre partenaire est infecté, utilisez des préservatifs chaque fois que vous avez des rapports sexuels vaginaux ou anaux. Pour les rapports buccogénitaux, mettez un préservatif sur le pénis ou coupez un plastique ou un préservatif pour couvrir le vagin ou l'anus. Vous pouvez également pratiquer d'autres activités sexuelles. Vous pouvez par exemple stimuler votre partenaire avec vos mains (veillez toujours à vous laver les mains immédiatement après).

Bonne réponse ? OUI !

Carré 5 : Une personne sans symptôme d'IST peut-elle être contagieuse malgré tout ?

Réponse Carré 5 : Oui. Beaucoup de gens souffrant d'une IST n'ont aucun symptôme mais peuvent néanmoins transmettre l'infection. Par exemple, beaucoup de personnes infectées par la chlamydia et la gonorrhée ne présentent pas de symptômes. Les individus séropositifs peuvent ne montrer aucun signe d'infection durant de nombreuses années, mais ils peuvent pourtant transmettre le virus.

Bonne réponse ? OUI !

Carré 6 : Que dois-je faire si je pense avoir une IST ?

Réponse Carré 6 : Allez au dispensaire et demandez à un professionnel de la santé de vous examiner dès que possible. N'attendez pas dans l'espoir que l'IST disparaisse. Si vous avez une IST, il est important d'informer vos derniers partenaires sexuels si possible de manière à ce qu'ils soient traités.

Bonne réponse ? OUI !

Carré 7 : Si j'ai une IST, peut-elle être soignée ?

Réponse Carré 7 : Oui, toutes les IST peuvent être soignées dans un dispensaire.

Bonne réponse ? NON ! Beaucoup d'IST peuvent être traitées avec des antibiotiques. Cependant les virus tels que le VIH, l'hépatite B et le herpès génital ne peuvent pas être soignés. Il est possible de retirer les verrues génitales, mais elles peuvent réapparaître.

Carré 8 : Si j'ignore mes symptômes, l'IST disparaîtra-t-elle ?

Réponse Carré 8 : Tous les symptômes finissent toujours par disparaître au fil du temps. Mais si vous vous faites soigner, ils disparaîtront plus vite.

Bonne réponse ? NON ! Parfois les symptômes disparaissent et parfois ils demeurent. De toute façon, l'IST ne disparaît pas. Si l'IST n'est pas traitée, elle continuera à nuire au corps.

Carré 9 : Pourquoi tant de personnes contractent-elles des IST ?

Réponse Carré 9 : Beaucoup de personnes infectées n'ont pas conscience de l'être. Beaucoup ont plusieurs partenaires sexuels mais n'utilisent pas pour autant un préservatif. Étant donné que le diagnostic et le traitement adaptés des IST ne sont pas toujours disponibles, beaucoup de personnes souffrant d'IST restent sans traitement et transmettent l'infection à d'autres.

Bonne réponse ? OUI !

6.2 Arbre de problèmes des IST

Objectif

1. Comprendre les causes et effets des IST.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Feuilles de papier

Étapes

1. Répartissez les participants dans trois ou quatre petits groupes. Chaque groupe dessinera un arbre de problèmes.
2. Dessinez un tronc d'arbre au centre du tableau à feuilles.
3. Demandez au groupe de faire un brainstorming sur certaines des causes des IST. Chacune doit être représentée comme une racine de l'arbre. Le groupe doit ensuite entamer une discussion sur ce qui contribue à ces causes initiales. Par exemple, si les « rapports sexuels non protégés » constituent une raison, le groupe doit réfléchir à leur origine. Une des raisons peut être l'« aversion pour les préservatifs », ce qui constituerait une ramification de la cause (racine) originale et serait dessinée comme telle.
4. Les effets des IST seront représentés par les branches de l'arbre de problèmes. Comme pour les causes, les groupes doivent faire un brainstorming et identifier les conséquences primaires et secondaires.
5. Après que les groupes ont terminé, demandez-leur d'afficher leur feuille sur le mur. Permettez à chaque participant d'aller jeter un œil sur les arbres.
6. Rassemblez le groupe dans un cercle et posez les questions suivantes :
 - Les groupes ont-ils identifié les mêmes causes et effets ? Quelle cause requiert une action urgente afin de réduire les IST ?
 - Qu'avez-vous appris de cet exercice ? Comment pouvez-vous l'appliquer à votre propre vie et à vos propres relations ?

Clôture

Les IST sont causées par de nombreux facteurs, dont la plupart sont liés à des normes de genre et aux comportements enseignés aux hommes et aux femmes. Par exemple, on attend des femmes qu'elles soient passives en matière de questions sexuelles, ce qui leur pose problème pour négocier l'utilisation du préservatif avec un partenaire et accroît par la même occasion leur vulnérabilité vis-à-vis des IST. Les hommes, pour leur part, sont souvent élevés de telle sorte qu'ils croient qu'avoir plusieurs partenaires

prouve leur virilité, ce qui augmente leur risque d'exposition à des IST. Les normes relatives au genre peuvent également accentuer les conséquences des IST. Les hommes peuvent par exemple hésiter ou ne pas vouloir faire le test de dépistage pour les IST en raison des normes de genre qui insistent sur le fait que les hommes qui ont recours aux services sanitaires sont faibles. Un homme peut donc retarder ses soins et souffrir de conséquences plus graves que s'il avait recours aux soins plus tôt.

6.3 VIH et SIDA : mythes et réalités

Objectif

1. Comprendre des éléments de base sur le VIH et le SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d’alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Cartes (voir la **Préparation** ci-dessous)
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 18 : VIH et SIDA : réalités pour l'ensemble des participants.
- Fiche de ressources 19 : Informations sur le VIH

Préparation

Avant de commencer, écrivez chacune de ces affirmations sur une feuille de papier séparée :

- Vous pouvez être infecté/e par le VIH par les piqûres de moustique.
- Les rapports sexuels par voie anale constituent la forme de rapport sexuel la plus risquée.
- Les personnes peuvent contracter le VIH si elles ont des rapports bucco-génitaux avec un homme.
- Lorsqu'ils sont utilisés de manière consistante et correctement, les préservatifs peuvent réduire le risque de transmission du VIH.
- Les hommes circoncis n'ont pas besoin d'utiliser des préservatifs.
- Le VIH est une maladie qui n'affecte que les pauvres.
- Si vous restez avec un seul partenaire, vous ne pouvez pas contracter le VIH.
- Les personnes atteintes d'IST courent plus de risques d'être infectées par le VIH que les personnes qui ne sont pas atteintes d'IST.
- Les hommes peuvent transmettre le VIH à leurs partenaires durant les rapports sexuels, même s'ils se retirent avant l'éjaculation.
- Un homme peut être guéri du VIH en ayant des rapports sexuels avec une vierge.
- Le VIH est transmis plus facilement pendant les rapports sans lubrification que pendant les rapports avec lubrification.
- Vous ne pouvez pas contracter le SIDA en vivant dans la même maison qu'une personne qui est atteinte par cette maladie.
- On peut toujours se rendre compte qu'une personne est séropositive par son apparence.

- La médecine traditionnelle peut soigner le VIH.
- Le VIH peut être transmis entre toxicomanes qui partagent des seringues.

Étapes

1. Distribuez les cartes sur lesquelles figurent les affirmations aux participants. Faites deux colonnes sur le tableau à feuilles. Écrivez « Vrai » en haut de la colonne de gauche et « Faux » en haut de la colonne de droite.
2. Demandez à un membre du groupe de lire à haute voix l'affirmation qui figure sur sa carte. Demandez-lui s'il pense que cette affirmation est vraie ou fausse. Demandez-lui de mettre la carte dans la bonne colonne sur le tableau à feuilles et d'expliquer ses raisons. Ensuite demandez aux autres membres du groupe s'ils sont d'accord, puis discutez ces questions en utilisant la Fiche de ressources 19.
3. Refaites l'étape 2 pour l'ensemble des cartes. Distribuez ensuite le Polycopié 18, et s'il y a du temps, examinez les informations qu'il contient avec le groupe.

Clôture

Le sigle VIH signifie virus d'immunodéficience humaine. Le virus attaque notre système immunitaire, qui est censé protéger notre corps contre les maladies. Le VIH n'infecte que les êtres humains. L'infection par le VIH affaiblit le système immunitaire. Une personne séropositive est vulnérable à un ensemble de maladies qu'une personne séronégative en bonne santé ne contracterait pas. Une personne séropositive peut rester en bonne santé durant plusieurs années sans signes physiques ou symptômes d'infection. Une personne atteinte du virus mais sans symptômes est considérée comme étant « séropositive ». Quand une personne a été infectée par le VIH pendant une certaine période (souvent plusieurs années), les symptômes causés par le virus commencent à se développer. À ce stade, les personnes séropositives sont susceptibles de contracter des infections opportunistes. Lorsqu'une personne séropositive contracte une ou plusieurs infections (y compris la tuberculose, des cancers rares, des maladies de la vue, de la peau ou du système nerveux), elle est considérée comme étant atteinte du syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA). Le VIH est présent dans le sang d'une personne infectée (y compris dans le sang de la menstruation), le lait maternel, le sperme et les pertes vaginales.

Fiche de ressources 19 : Informations sur le VIH

Qu'est-ce que le VIH ? VIH signifie *virus d'immunodéficience humaine*. Le virus attaque notre système immunitaire, qui est censé protéger notre corps contre les maladies. Seuls les êtres humains peuvent être touchés par le VIH.

Qu'est-ce que le SIDA ? SIDA signifie *syndrome d'immunodéficience acquise*. Le VIH affaiblit le système immunitaire. Une personne séropositive est vulnérable à un ensemble de maladies qu'une personne séronégative en bonne santé ne contracterait pas.

Quelle est la différence entre le VIH et le SIDA ? Une personne séropositive peut rester en bonne santé durant plusieurs années sans signes physiques ou symptômes d'infection. Une personne atteinte du virus sans symptômes est considérée comme étant « séropositive ». Quand une personne est infectée par le VIH pendant une certaine période (souvent plusieurs années), les symptômes causés par le virus commencent à se développer. A ce stade, les personnes séropositives sont susceptibles de contracter des infections opportunistes. Lorsqu'une personne séropositive contracte une ou plusieurs infections (y compris la tuberculose, des cancers rares, des maladies de la vue, de la peau ou du système nerveux), elle est considérée comme étant atteinte du SIDA.

D'où vient le VIH ? Personne ne sait d'où vient le VIH. Personne ne sait exactement comment il fonctionne et comment le soigner. Lorsque le SIDA est apparu, les personnes ont accusé certaines populations d'être à l'origine du SIDA. Souvent, les personnes issues « d'autres endroits » ou celles qui ont une apparence ou un comportement « différent » ont servi de boucs émissaires. Cela a conduit à des préjugés. Beaucoup estiment que seules les personnes issues de ces groupes sont à risque par rapport au VIH et que « cela n'arrive qu'aux autres. » La confusion au sujet de l'origine du SIDA et de ceux qu'il affecte conduit de nombreuses personnes à nier son existence.

Comment le VIH se transmet-il ?

Le VIH est présent dans le sang d'une personne infectée (y compris dans le sang de la menstruation), le lait maternel, le sperme et les pertes vaginales. Il peut se transmettre des manières suivantes :

- Durant des rapports sexuels non protégés vaginaux, bucco-génitaux ou anaux. Le VIH peut passer par le sang, le sperme ou les liquides vaginaux d'une personne dans le sang d'une autre personne, par le biais de la muqueuse fine à l'intérieur du vagin, de la bouche ou du derrière.
- Par des transfusions de sang contaminé par le VIH ou du matériel d'injection contaminé ou des instruments coupants contaminés.
- Durant la grossesse, l'accouchement et l'allaitement. Environ un tiers des bébés nés de mères séropositives sont infectés. Mais il est possible que 12 à 18 mois s'écoulent avant que l'on sache que l'enfant est séropositif.

Polycopié 18 : VIH et SIDA : réalités

Vous pouvez être infecté par le VIH par des piqûres de moustique. – FAUX. Ce point a fait l'objet de longues recherches et il a été prouvé que le VIH ne peut pas être transmis ainsi. En Afrique, où le paludisme est une maladie courante (et se répand par les piqûres de moustique), les seules personnes infectées par le VIH sont les hommes et femmes sexuellement actifs, les bébés nés de mères séropositives et les personnes infectées en raison de transfusion sanguine ou du partage de seringues.

Les rapports sexuels par voie anale constituent la forme de contact sexuel la plus risquée. – VRAI. Les rapports sexuels anaux impliquent un risque plus élevé de transmission du VIH que les autres types de rapports. Durant les rapports sexuels anaux, le pénis peut déchirer la membrane muqueuse de l'anus, ce qui permet au virus de passer dans le sang. Les rapports sexuels vaginaux non lubrifiés causent également le déchirement de la membrane muqueuse, et par conséquent, constituent un comportement à haut risque pour la transmission du VIH.

On peut être infecté par le VIH pendant la fellation. – VRAI. Le VIH est présent dans le sperme d'un homme séropositif. Par conséquent, le virus peut être transmis si le sperme entre en contact avec la bouche. Les hommes peuvent réduire le risque de transmission du VIH en portant un préservatif et en s'assurant que leur sperme n'entre dans la bouche de leurs partenaires.

Lorsqu'ils sont utilisés correctement et régulièrement, les préservatifs peuvent protéger les hommes et les femmes contre le VIH. – VRAI. Les préservatifs en latex ne sont pas efficaces à 100%, mais après l'abstinence, ils représentent le moyen le plus efficace de prévention des IST, y compris le VIH. Certains groupes ont signalé que des recherches inexactes suggèrent que le VIH peut passer à travers les préservatifs en latex, mais cela est faux. En réalité, des tests standard montrent que les molécules d'eau, qui sont cinq fois plus petites que les molécules du VIH, ne peuvent pas passer à travers les préservatifs en latex.

Les hommes circoncis n'ont pas besoin d'utiliser des préservatifs. – FAUX. Des recherches ont récemment montré que les hommes qui ne sont pas circoncis peuvent courir un risque de transmission du VIH moins important que les hommes non circoncis. Ces recherches ne sont pas terminées ; cependant, elles semblent prometteuses. Mais cela ne signifie pas que les hommes circoncis ne peuvent pas contracter le VIH. Cela signifie seulement que leurs risques d'infection sont moindres. Ils doivent néanmoins utiliser les préservatifs correctement chaque fois qu'ils ont des rapports sexuels.

Le VIH est une maladie qui ne touche que les pauvres. – FAUX. N'importe qui peut être infecté par le VIH. Le risque de contracter le VIH n'est pas lié à la situation sociale (par exemple, richesse ou pauvreté), mais au comportement.

Si vous restez avec un seul partenaire, vous ne pouvez pas être infecté par le VIH. – FAUX. Les individus qui sont fidèles à leurs partenaires peuvent néanmoins courir le risque de contracter le VIH si leurs partenaires ont des rapports avec d'autres personnes. De plus, les individus qui n'ont des rapports sexuels qu'avec leurs partenaires peuvent avoir été infectés par le VIH transmis par une autre personne dans le passé. Elles peuvent être séropositives sans le savoir, et sans que leur partenaire actuel ne le

sache. Seule une relation longue et fidèle avec quelqu'un qui n'a pas été infecté auparavant peut être considérée comme « sûre ».

Les personnes atteintes d'IST courent plus de risque de devenir séropositives que les personnes qui n'ont pas d'IST. – VRAI. Les infections de la zone génitale facilitent le passage du VIH dans le sang.

Les hommes peuvent transmettre le VIH à leur partenaire pendant les rapports sexuels, même s'ils se retirent avant l'éjaculation. – VRAI. Le retrait n'élimine pas le risque d'infection par le VIH. Les liquides pré-éjaculatoires peuvent contenir le virus qui peut ensuite être transmis à une autre personne. Cependant, le retrait est une meilleure option, dans la mesure où il réduit l'exposition au sperme.

Un homme peut être guéri du VIH en ayant des rapports sexuels avec une vierge. – FAUX. Il s'agit là d'une idée erronée. Les filles / femmes vierges n'ont pas de pouvoir particulier qui leur permet de soigner les personnes séropositives. Une fois infectée, une personne ne peut pas être guérie du VIH.

Le VIH se transmet plus facilement pendant les rapports sexuels sans lubrifiant (à sec) que pendant les rapports sexuels avec lubrifiant. – VRAI. Le VIH peut se transmettre plus facilement durant les rapports sexuels « à sec » car le manque de lubrification cause des coupures et le déchirement de la peau et de la membrane muqueuse des appareils génitaux des hommes et des femmes. Ces coupures permettent au virus d'entrer dans le sang.

Vous ne pouvez pas contracter le SIDA en vivant dans la même maison qu'une personne qui est atteinte par la maladie. – VRAI. Le VIH se transmet par l'exposition à du sang et des sécrétions corporelles infectées. Le fait de vivre dans la même maison qu'une personne séropositive ne met pas ceux qui sont en contact avec elle dans une situation à risque à moins qu'ils ne partagent des objets qui ont été exposés au sang ou aux sécrétions génitales de la personne infectée (brosses à dent, rasoirs ou équipement pour la douche vaginale).

On peut toujours facilement deviner qu'une personne est séropositive par son apparence. – FAUX. La plupart des personnes infectées par le VIH ne présentent pas de symptômes pendant des années. Cependant, le virus reste dans leurs corps et peut être transmis. Les personnes séropositives n'ont l'air malade que durant les dernières étapes du SIDA, lorsque leur mort approche.

La médecine traditionnelle peut guérir le VIH. – FAUX. Au fil des années, de nombreux guérisseurs traditionnels ont prétendu pouvoir guérir le SIDA. À ce jour, aucun traitement de médecine traditionnelle ne s'est avéré être en mesure de soigner l'infection par le VIH. Nous entendons souvent des gens déclarer qu'ils ont créé un remède pour le SIDA. Les personnes séropositives sont un groupe vulnérable car elles souhaitent désespérément se débarrasser de leur maladie mortelle et paient souvent des sommes colossales pour ce qu'elles croient être une chance d'être guéries. Beaucoup de gens considèrent ces populations vulnérables comme une source d'argent facile et essaient de les exploiter. Les personnes atteintes du SIDA se sentent souvent mieux et paraissent se rétablir quelque peu après avoir pris des traitements inutiles car ils ont l'espoir d'avoir une vie plus longue. Malheureusement, il n'existe pas de traitement du VIH pour le moment.

Le VIH peut être transmis entre toxicomanes qui partagent des seringues. – VRAI. Le partage de seringues durant les injections de drogues comporte un risque élevé pour la transmission du VIH. Le sang infecté se transmet facilement d'une personne à l'autre par une aiguille infectée ou d'autres instruments utilisés pour préparer ou injecter les drogues.

6.4 Positif ou négatif

Objectif

1. Évoquer les facteurs qui contribuent à rendre les hommes et les femmes vulnérables par rapport au VIH et au SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : faibles

Durée

90 minutes

Supports

- Bouts de papier avec des profils issus de la Fiche de ressources 20 : [Profils VIH](#).
- Feuilles de papier comportant des symboles positives et négatifs.

Préparation

Avant la séance, choisissez cinq profils sur la Fiche de ressources ou créez cinq profils qui s'adapteraient le mieux au contexte dans lequel vous travaillez. Écrivez ces expressions sur des bouts de papier (une par feuille). Note : l'animateur ne doit pas inclure les résultats de test de dépistage du VIH et du SIDA sur ces feuilles. Ces résultats ne doivent être révélés que plus tard au cours de l'exercice.

Étapes

1. Expliquez aux participants que cette activité a pour but de discuter de la vulnérabilité des hommes et des femmes vis-à-vis du VIH et du SIDA.
2. Examinez ce que sont le VIH et le SIDA et les modes de transmission avec les participants.
Note : Le temps nécessaire à cet exercice sera déterminé en fonction des connaissances de base du groupe par rapport au VIH et au SIDA. Il est néanmoins important que les participants comprennent clairement comment le VIH et le SIDA se transmettent avant de commencer cette activité.
3. Demandez à cinq personnes de se porter volontaire. Distribuez les profils que vous avez notés sur des bouts de papier ou pour les groupes à faible niveau d'alphabétisation, chuchotez le profil à chaque participant. Dites aux volontaires qu'ils vont se mettre à la place de la personne dont le profil leur a été communiqué.
4. Demandez à chaque volontaire de se présenter au groupe dans son ensemble, en fonction du profil qui lui a été donné. Chaque volontaire doit donner un nom à son personnage et peut ajouter des gestes et mimiques dans sa présentation.
5. Expliquez aux autres participants qu'ils doivent poser des questions afin de mieux connaître ces cinq personnes. Insistez sur le fait que ces volontaires qui jouent le rôle d'un personnage doivent faire preuve de créativité dans leurs réponses, tout en gardant à l'esprit le profil.
6. Après environ 20 à 25 minutes de présentation et de questions, l'animateur doit dire au groupe que ces cinq femmes sont allées faire un test de dépistage du VIH et qu'elles sont sur le point d'obtenir les résultats. Demandez-leur quels seront les résultats des tests de chaque femme, d'après eux.
7. Distribuez les résultats des tests à chaque participant jouant un rôle (ils doivent être basés sur les résultats figurant dans la Fiche de ressources à côté de chaque profil), et ensuite montrez-les à l'ensemble du groupe.

8. Posez les questions suivantes afin d'animer une discussion sur les réactions du groupe par rapport aux résultats et à la complexité de la vulnérabilité des hommes et des femmes vis-à-vis du VIH et du SIDA :
- Aux volontaires : Qu'avez-vous ressenti en représentant ces personnages ? Qu'avez-vous ressenti lorsqu'on vous a donné les résultats des tests ? Le résultat correspondait-il à ce que vous vous attendiez en fonction de la description de votre personnage ? Si non, pourquoi ?
 - Les expériences de ces hommes et femmes sont-elles communes ? Est-ce que quelqu'un connaît des situations similaires ?
 - Quelles caractéristiques sont généralement associées à ces hommes et ces femmes ?
 - Quelles sont les explications des différents résultats remis à ces hommes et ces femmes ?
 - Est-ce que les hommes ou les femmes ont été les plus vulnérables dans les situations sexuelles évoquées dans les études de cas ?
 - Comment les hommes de l'étude de cas auraient-ils pu se servir de leurs privilèges et de leur pouvoir différemment ?
 - Quels types de facteurs (sociaux, économiques, politiques) rendent les hommes et les femmes plus vulnérables vis-à-vis du VIH ?
 - Comment les hommes et les femmes peuvent-ils se protéger du VIH ?
 - En général, les couples parlent-ils du VIH et du SIDA ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Quels facteurs peuvent empêcher un homme de parler à son partenaire du VIH et du SIDA ?
 - De quel soutien les couples ont-ils besoin pour se protéger contre les IST et le VIH ? Ce type de soutien est-il disponible dans la communauté ?
 - Qu'avez-vous appris dans cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait être appliqué à votre propre vie et à vos relations ?

Clôture

La vulnérabilité des hommes et des femmes par rapport au VIH et au SIDA est largement déterminée par les normes liées au genre en ce qui concerne la sexualité. On part souvent du principe que les « vrais hommes » ont beaucoup de relations sexuelles et que les femmes doivent être timides et passives en matière de sexualité. De ce fait, les femmes n'ont pas toujours le pouvoir et / ou les compétences pour communiquer et négocier les comportements sexuels ainsi que les méthodes de prévention. D'autres facteurs, tels que la pauvreté, limitent les possibilités que les hommes et les femmes négocient la protection ou l'accès à des informations et services sanitaires. La promotion des droits des femmes visant à éradiquer la discrimination, la coercition et la violence constitue une étape importante en vue de la réduction de la vulnérabilité vis-à-vis du VIH et du SIDA. Il est tout aussi important d'impliquer les hommes dans les discussions relatives aux rôles de normes négatives liées au genre et de les encourager à discuter de la prévention du VIH et du SIDA avec leurs partenaires.

Fiche de ressources 20 : Profils VIH

Femme au foyer, 30 ans, mariée. Elle est mère d'une fille de cinq ans et d'un garçon de trois ans. Vient d'apprendre que son mari a des relations sexuelles avec d'autres personnes.	POSITIF
Femme, 18 ans, travailleuse sexuelle. Elle est mariée.	NÉGATIF
Femme, 17 ans, a abandonné l'école à l'âge de 12 ans. Elle travaille pour aider sa famille à payer les factures. Elle fréquente actuellement un homme de 26 ans.	POSITIF
Femme, 15 ans, étudiante. Elle aime aider sa mère, a plusieurs amis et fréquente un garçon de 17 ans avec qui elle a eu ses premiers rapports sexuels.	POSITIF
Femme au foyer, 26 ans, épouse d'un mineur travaillant à l'exploitation de l'or qui ne lui rend visite que quelques fois par an pour l'aider à nourrir ses enfants. Elle a commencé à avoir des rapports sexuels non protégés avec un homme qui lui apportait de la nourriture et un peu d'argent.	POSITIF
Homme, 32 ans, travaillant dans une mine d'or à 480 kilomètres de son domicile situé en région rurale. Il habite dans un foyer de travailleurs et ne voit sa femme que quelques fois par an. Après avoir vécu loin de son épouse, il commence à avoir des rapports sexuels avec des femmes de communes voisines.	NÉGATIF
Homme, 19 ans, vendeur. Il n'a de relations sexuelles qu'avec des hommes.	NÉGATIF
Homme, 23 ans, étudiant qui a eu des rapports sexuels avec des filles de son âge ou plus jeunes. Il a actuellement une relation monogame avec une jeune femme.	NÉGATIF
Homme, 25 ans, enseignant. Il est marié mais a plusieurs partenaires sexuels. Il a appris récemment qu'il est atteint d'une IST et a décidé d'attendre qu'elle disparaisse avant d'aller voir un médecin.	POSITIF

6.5 Niveaux de risque du VIH

Objectif

1. Identifier le niveau de risque vis-à-vis du VIH impliqué par plusieurs comportements et des comportements agréables d'un point de vue sexuel.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : faibles

Durée

60 minutes

Supports

- Cartes sur les « Niveaux de risque » (« Risque plus élevé », « Risque moyen », « Pas de risque ») – voir les Notes de l'animateur.
- Cartes sur le « Comportement sexuel » (16) – voir les **Notes de l'animateur**.
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 19 : Niveaux de risques pour l'infection par le VIH pour l'ensemble des participants.

Notes de l'animateur

Veillez noter, en gros caractères, chacun des titres suivants sur les cartes (ou bouts de papier), un titre par carte : « Risque plus élevé », « Risque moyen », « Pas de risque ».

Veillez noter, en gros caractères, chacun des comportements sexuels suivants (ou d'autres comportements courants dans votre région ou au sein de votre clientèle) sur des cartes (ou bouts de papier). Écrivez un comportement par carte.

- Abstinence
- Masturbation
- Rapport sexuel vaginal sans préservatif
- Rapport sexuel vaginal avec préservatif
- Embrasser une personne qui a le SIDA
- Fantasmer
- Embrasser
- Jeux érotiques sans préservatif
- Massage
- Rapport sexuel anal avec préservatif
- Avoir des rapports sexuels bucco-génitaux avec un homme sans préservatif
- Avoir des rapports sexuels bucco-génitaux avec un homme avec préservatif
- Avoir des rapports sexuels bucco-génitaux avec une femme sans protection
- Avoir des rapports sexuels bucco-génitaux avec une femme avec protection

- Allaitement d'un bébé par une mère séropositive
- Rapport sexuel anal sans préservatif

Étapes

1. Expliquez aux participants qu'ils vont faire un exercice sur les comportements qui impliquent un risque d'infection par le VIH. Mettez les quatre cartes de « Niveaux de risque » sur le sol. Commencez par « pas de risque », ensuite « faible risque », ensuite « risque moyen » et enfin « risque élevé ».
2. Distribuez les cartes sur le « Comportement sexuel » aux participants. Demandez à un des participants de lire sa carte et de la poser sur le sol sous la catégorie adaptée (« Risque élevé », « Risque moyen », « Risque faible » ou « Pas de risque ») pour la transmission du VIH. Demandez au / à la participant/e d'expliquer pourquoi il / elle l'a placée sous cette catégorie.
3. Refaites l'étape 2 jusqu'à ce que toutes les cartes aient été placées sur le sol. Une fois que toutes les cartes sont sur le sol, demandez aux participants d'examiner les catégories sous lesquelles les cartes ont été placées. Ensuite demandez-leur si :
 - Ils / elles sont en désaccord avec le placement d'une des cartes
 - Ils / elles ne comprennent pas le placement d'une des cartes
 - Ils / elles ont eu des difficultés pour placer une des cartes
4. Évoquez le placement des cartes qui ne sont pas claires en termes de risques. Évoquez également les cartes qui sont mal placées. Utilisez les informations figurant dans la conclusion et dans le photocopié pour vous orienter en vue du bon placement.
5. Demandez aux participants d'examiner les comportements dans les catégories intitulées « Risque élevé » et « Pas de risque ». Demandez au groupe d'identifier les comportements qui pourraient faire partie de ces catégories. Insistez sur l'idée que certains comportements sexuels agréables impliquent de faibles risques voire aucun.
6. Terminez l'activité en insistant sur l'idée que le risque dépend du contexte du comportement et examinez le photocopié.

Clôture

Les risques vis-à-vis du VIH dépendent du contexte du comportement.

Cela inclut :

- Le niveau de VIH de la personne infectée
- La question de savoir si la personne est celle qui donne ou celle qui reçoit dans le cadre du comportement sexuel
- Le niveau de faiblesse du système immunitaire des personnes impliquées
- Les éventuelles coupures de la peau où le contact avec le VIH est probable (par exemple, à cause d'IST)
- Les éventuelles plaies et les gencives qui saignent durant les rapports sexuels bucco-génitaux
- La qualité de l'utilisation des préservatifs et d'autres protections

Polycopié 19 :

Niveaux de risques pour l'infection par le VIH

Niveau	Comportement
<p>Pas de risque = Pas de contact avec les sécrétions corporelles infectées. Le VIH se transmet par les sécrétions corporelles. Sans contact avec ces sécrétions, il n'y a pas de risque de transmission du VIH d'une personne affectée à une personne qui ne l'est pas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abstinence • Masturbation • Prendre dans ses bras une personne atteinte du SIDA • S'embrasser • Fantasmer • Massage
<p>Risque faible = La possibilité de contact avec le VIH en raison de l'échec de la protection. L'utilisation d'un préservatif comporte tout de même un risque car aucune méthode de protection n'est efficace à 100%.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rapports sexuels vaginaux avec préservatif • Rapports sexuels anaux avec préservatif (possibilités de rupture plus élevées que lors des rapports sexuels vaginaux, pourraient donc être classés dans la catégorie suivante) • Faire une fellation à un homme portant un préservatif • Faire un cunnilingus à une femme utilisant une protection
<p>Risque moyen = Possibilité moyenne de transmission du VIH. Cela peut être dû à un manque de protection dans les cas où il y a une possibilité que les sécrétions infectées par le VIH passent dans le corps d'une autre personne (rapports sexuels oraux sans préservatif). Mais parfois, malgré l'utilisation de protections, il y a quand-même de fortes chances de transfert de sécrétions infectées par le VIH (rapports sexuels anaux avec préservatif).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Faire une fellation à un homme ne portant pas de préservatif • Faire un cunnilingus à une femme n'utilisant pas de protection • Allaitement par une mère séropositive
<p>Risque élevé = Forte probabilité de transmission du VIH. Cela s'explique par le fait qu'aucune protection n'est utilisée et qu'il y ait de fortes chances que les sécrétions infectées par le VIH passent dans le corps d'une autre personne.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rapports sexuels vaginaux sans préservatif • Rapports sexuels anaux sans préservatif • Rapports sexuels sans lubrification et sans préservatif

De nombreux facteurs ont un impact sur ces niveaux de risques. Le niveau de risque pour plusieurs de ces comportements varie en fonction d'un certain nombre de facteurs. Notamment :

- Le niveau de séropositivité de la personne infectée
- La question de savoir si la personne est le « donneur » ou le « receveur » du comportement sexuel
- Le niveau de faiblesse du système immunitaire des personnes concernées
- Les éventuelles coupures de la peau où le contact avec le VIH est possible (en raison d'IST, par exemple)
- Les éventuelles plaies, et les gencives qui saignent durant les rapports sexuels bucco-génitaux
- La qualité de l'utilisation des préservatifs et d'autres protections

6.6 Prendre des risques / affronter des risques

Objectifs

1. Évoquer des situations qui font courir des risques aux hommes par rapport aux IST, au VIH, au SIDA et / ou à la parentalité précoce.
2. Identifier les sources de soutien pour réduire ces risques.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : faibles

Durée

90 minutes

Supports

- Sélection de phrases tirées de la Fiche de ressources 21 : Je suis dans une situation à risque quand... écrites sur des petites feuilles de papier
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 20 : Prendre des risques / affronter des risques pour l'ensemble des participants

Étapes

1. Commencez l'activité en demandant aux participants de réfléchir sur les situations qui peuvent leur faire courir des risques d'IST et de VIH. Par exemple, si une personne ne sait pas qu'avoir des rapports sexuels sans préservatif accroît le risque d'infection par le VIH, elle est plus vulnérable à l'infection qu'une personne qui dispose de cette information.
2. Ensuite, demandez aux participants de se mettre deux par deux. Donnez à chacun une feuille sur laquelle figure une phrase tirée de la Fiche de ressources 21. Chaque paire doit avoir une phrase différente. Chaque paire peut avoir plus d'une phrase.
3. Demandez à chaque groupe de lire la phrase qui figure sur sa feuille, de discuter de sa signification et décider s'il est d'accord avec l'expression et pour quelle raison.
4. Lorsqu'elles ont terminé, les paires doivent lire à haute voix la phrase qui figure sur leur feuille et faire part de leurs réponses au groupe dans son ensemble.
5. Distribuez et examinez le polycopié avant de poser les questions suivantes pour animer une discussion :
 - Quelle est la différence entre la prise de risque et le fait d'être confronté à des risques ?
 - Qui prend plus de risques par rapport au VIH ? Les femmes ou les hommes ? Pourquoi ?
 - Qui est confronté à plus de risques de VIH ? Les femmes ou les hommes ? Pourquoi ?
 - Que peut-on faire pour aider les hommes et les femmes à réduire les risques qu'ils prennent ?
 - Quelles sont les choix possibles pour remplacer certains des comportements à risques des hommes les plus courants ?
 - Que peut-on faire pour aider les hommes et les femmes à réduire les risques auxquels ils sont confrontés ?
 - De quel autre type de soutien les hommes et les femmes ont-ils besoin pour se protéger des IST et du VIH ? Pouvez-vous disposer de ce type de soutien dans votre communauté ?

Clôture

Beaucoup de comportements sexuels masculins à risque sont dus, dans une large mesure, à la manière dont les garçons et les hommes sont élevés et socialisés. Ces comportements exposent souvent les hommes et les jeunes femmes à des risques. Il est important que les hommes soient conscients du fait que les normes de genre influencent les décisions et comportements et qu'ils pensent de manière critique à l'impact de ces décisions et comportements.

Fiche de ressources 21 : **Je suis dans une situation à** **risque quand...³⁹**

1. Je suis dans une situation à risque quand je pense que rien de mal ne va m'arriver.
2. Je suis dans une situation à risque quand je n'ai personne sur qui compter dans des moments de besoin.
3. Je suis dans une situation à risque quand je fais quelque chose uniquement pour faire en sorte que quelqu'un m'aime.
4. Je suis dans une situation à risque quand je suis capable de faire n'importe quoi pour avoir des rapports sexuels.
5. Je suis dans une situation à risque quand j'ai peur de montrer ce que je ressens.
6. Je suis dans une situation à risque quand je ne suis pas capable de prendre mes propres décisions.
7. Je suis dans une situation à risque quand je ne prends pas soin d'un symptôme d'une IST.
8. Je suis dans une situation à risque quand je ne prends pas responsabilité de mon propre comportement sexuel.
9. Je suis dans une situation à risque quand je suis sous l'influence d'alcool ou de drogues.
10. Je suis dans une situation à risque quand j'ai plusieurs partenaires sexuels.
11. Je suis dans une situation à risque quand je ne parle pas à mon partenaire de la manière de prévenir une grossesse non planifiée.
12. Je suis dans une situation à risque quand j'ai des rapports sexuels avec quelqu'un qui n'a pas subi de test de dépistage du VIH et du SIDA.
13. Je suis dans une situation à risque quand je n'utilise pas un préservatif régulièrement et correctement.

³⁹ Phrases adaptées d'un Album sur l'adolescence et la vulnérabilité. Project Trance esta Rede. Sao Paulo : GTPOS, 1998.

Polycopié 20 : Prendre des risques / affronter des risques

Les normes / rôles liés au genre et les inégalités de pouvoir ont un impact énorme sur les risques que les femmes et les hommes prennent vis-à-vis du VIH. Cependant, il y a d'autres facteurs importants, notamment l'âge, la richesse / pauvreté et le lieu de résidence (village / ville). Les points clés sont les suivants :

- Les femmes sont confrontées à plus de risques de VIH que les hommes en raison de l'anatomie. Le sperme reste dans le vagin longtemps après un rapport sexuel par pénétration. Cela augmente les probabilités d'infection des femmes par une seule pénétration. Il y a également plus de virus dans le sperme que dans les fluides vaginaux. La paroi intérieure du vagin est mince. Cela signifie qu'elle est plus vulnérable que la peau par rapport aux coupures ou déchirures qui peuvent facilement permettre de faire passer le VIH dans le corps. Le pénis est moins vulnérable car il est protégé par la peau.
- Les très jeunes femmes sont encore plus vulnérables. Cela s'explique par le fait que la paroi de leur vagin n'est pas totalement développée. Avec une IST, les femmes sont au moins quatre fois plus vulnérables à des infections. Il arrive souvent que les femmes ne sachent pas qu'elles souffrent d'IST, car elles ne présentent souvent aucun signe d'infection.
- Les femmes sont confrontées à plus de risques de VIH que les hommes car elles manquent de pouvoir et de contrôle sur leurs vies sexuelles. Le déséquilibre en matière de pouvoir entre les hommes et les femmes implique que les femmes ne peuvent demander, ou insister sur, l'utilisation d'un préservatif ou d'une autre forme de protection. Certaines femmes pauvres s'appuient sur un partenaire masculin pour leur subsistance. Cela les rend incapables de demander à leurs partenaires et époux d'utiliser des préservatifs. Cela leur pose également problème pour refuser des rapports sexuels lorsqu'elles savent qu'elles risquent de tomber enceintes ou d'être infectées par une IST / le VIH.
- Beaucoup de femmes offrent des rapports sexuels en échange d'argent ou d'autres types de soutien. C'est le cas des travailleuses de sexe. Mais c'est également le cas des femmes et jeunes filles qui obtiennent le paiement de frais de scolarité, de loyer, de nourriture ou d'autres formes de statut ou protection contre des rapports sexuels.
- La violence contre les femmes accroît le risque couru par les femmes vis-à-vis du VIH. Les viols perpétrés par les hommes contre les femmes se produisent dans le monde entier. Ce crime est lié au pouvoir que les hommes exercent sur les femmes. Les relations sexuelles forcées augmentent le risque de transmission du VIH en raison de contusions et coupures qu'elles peuvent causer. D'autres types de violences physiques et émotionnelles augmentent les risques encourus par les femmes. Beaucoup de femmes n'osent pas demander à leurs partenaires masculins d'utiliser des préservatifs par crainte de leurs réactions. Les femmes qui doivent parler des IST / du VIH à leurs partenaires peuvent subir des abus physiques, mentaux et émotionnels voire le divorce.

- Les hommes prennent plus de risques par rapport au VIH en raison de la manière dont ils sont élevés. On encourage les hommes à commencer à avoir des relations sexuelles très tôt pour prouver qu'ils sont des hommes. Le fait d'avoir le plus de partenaires féminines est signe de succès et de virilité. Pour les hommes mariés et non mariés, les partenaires multiples sont culturellement acceptés. Les hommes font souvent l'objet de moqueries s'ils ne se montrent pas prêts à profiter de toute opportunité sexuelle.
- La compétition constitue un autre aspect de la masculinité. Les hommes sont en concurrence les uns avec les autres pour montrer qui est le plus grand et le meilleur. L'audace sexuelle est un symbole de masculinité. Elle peut se manifester par le refus de protection par préservatif, une méthode qui pourrait indiquer vulnérabilité et faiblesse. Beaucoup d'hommes croient que les préservatifs conduisent à un manque de plaisir et sont un signe d'infidélité. L'utilisation de préservatifs est aussi en contradiction avec un des symboles les plus importants de masculinité, qui est d'avoir le plus d'enfants possibles.
- Les hommes recherchent des partenaires plus jeunes afin d'éviter des infections. Cela est fondé sur la croyance que les relations sexuelles avec une vierge soignent le SIDA et d'autres infections. En revanche, les femmes sont censées avoir des relations sexuelles et épouser des hommes plus âgés, qui sont plus susceptibles d'être infectés.

6.7 Partenaires sexuels multiples, différence d'âge et commerce sexuel

Objectifs

1. Définir les relations concomitantes avec divers partenaires, les rapports sexuels intergénérationnels et le sexe transactionnel.
2. Explorer la manière dont les normes rigides liées au genre sont à l'origine des comportements sexuels à haut risque.
3. Identifier les risques et les coûts liés à ces comportements sexuels.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : faibles

Durée

60 minutes

Supports

- Feuilles blanches
- Stylos / crayons

Étapes

1. Expliquez que cette séance permettra d'examiner trois questions liées au genre et à l'activité sexuelle :
 1) Les hommes ayant des relations concomitantes avec divers partenaires, 2) les hommes qui ont des relations sexuelles avec des personnes d'une autre génération, et 3) les hommes qui ont des rapports sexuels transactionnels.
2. Répartissez les participants en trois groupes et confiez à chacun d'entre eux un des sujets suivants.
 - Groupe 1 : Relations concomitantes avec divers partenaires
 - Groupe 2 : Rapports sexuels intergénérationnels
 - Groupe 3 : Les hommes et le sexe transactionnel
3. Demandez à chaque groupe de donner une définition du sujet qui leur a été confié. S'ils préfèrent, ils peuvent simplement en fournir un exemple.
4. Demandez à une personne de chaque groupe de donner une définition et / ou un exemple. Au moment où chaque groupe présente sa définition, demandez aux participants de donner des exemples complémentaires. Les définitions doivent être similaires aux suivantes :
 - Relations concomitantes avec divers partenaires – Il s'agit d'une personne qui a plus d'un partenaire sexuels en même temps (par exemple, un homme qui a des rapports sexuels avec sa femme, mais qui a également une petite amie avec qui il a des rapports sexuels).
 - Rapports sexuels intergénérationnels – Il s'agit de deux personnes qui ont des relations sexuelles et ont au moins dix ans de différence (par exemple, un homme âgé de 30 ans qui a des rapports sexuels avec une fille de 15 ans).

- Sexe transactionnel – Il s'agit d'une relation sexuelle ou d'un acte sexuel dans lesquels l'échange de cadeaux, de services ou d'argent constitue un facteur important (par exemple, un homme plus âgé achète un téléphone portable à une fille plus jeune ou paie ses frais de scolarité en échange de rapports sexuels).
5. Une fois qu'ils ont rédigé leurs définitions, demandez à chaque groupe de discuter de la question suivante :
 - Pourquoi votre sujet met-il les hommes, les femmes et les communautés dans des situations à risque par rapport au VIH ?
 6. Lorsque les groupes sont prêts, demandez à une personne de chaque groupe de présenter leur réponse à la question. Assurez-vous d'inclure les points suivants s'ils ne sont pas mentionnés :
 - Relations concomitantes avec divers partenaires – Une personne a plus de chances de transmettre le VIH s'il / elle a plus d'un partenaires sexuel. Il est plus facile de transmettre le VIH lorsqu'une personne est infectée. Par conséquent, si quelqu'un est infecté par une autre personne et s'il / elle a des rapports sexuels non protégés peu de temps après avec une deuxième personne, cette deuxième personne est susceptible d'être infectée.
 - Rapports sexuels intergénérationnels – Lorsqu'un homme a des relations sexuelles avec une personne qui a au moins 10 ans de moins que lui, la relation est fortement déséquilibrée en termes de pouvoir. En conséquence, la personne la plus jeune peut éprouver des difficultés pour refuser des rapports sexuels et peut être incapable de négocier des rapports sexuels plus sûrs.
 - Le sexe transactionnel – Une personne qui reçoit de l'argent, des cadeaux ou des services peut éprouver des difficultés à dire non à des rapports sexuels et peut être incapable de négocier des rapports sexuels plus sûrs.
 7. Après avoir discuté les facteurs de risque, demandez aux participants de regagner leur groupe. Rappelez-leur le tableau « Agir comme un Homme » qui a été évoqué plus tôt durant l'atelier. Demandez à chaque groupe d'examiner la manière dont les messages sociétaux sur la masculinité contribuent à perpétuer la question qu'ils étudient.
 8. Demandez à une personne de chaque groupe de donner sa réponse. Autorisez d'autres participants à faire des commentaires supplémentaires.
 9. Terminez l'activité en posant les questions suivantes en vue d'une discussion :
 - D'après vous, pourquoi les hommes sont-ils plus susceptibles que les femmes d'avoir plusieurs partenaires sexuels ?
 - Pourquoi pensez-vous que les hommes sont plus susceptibles que les femmes d'avoir des relations sexuelles avec des femmes dix ans plus jeunes qu'eux ?
 - D'après vous, pourquoi les hommes sont-ils plus susceptibles que les femmes d'offrir des cadeaux, des services et de l'argent en échange de rapports sexuels ?
 - Quels sont les coûts et les conséquences négatives des relations sexuelles des hommes avec plusieurs partenaires, avec des partenaires beaucoup plus jeunes, ou de leur pratique du sexe transactionnel ?
 - Comment les hommes peuvent-ils encourager d'autres hommes à cesser les relations sexuelles avec plusieurs partenaires, de même que le sexe intergénérationnel et le sexe transactionnel ?
 - Qu'avez-vous appris de cette séance ?

Clôture

Les normes rigides liées au genre contribuent à la propagation de l'épidémie du VIH en facilitant les comportements malsains tels que les rapports sexuels avec plusieurs partenaires, le sexe intergénérationnel ou le sexe transactionnel. Il est important que les hommes et les femmes prennent conscience de cela et identifient des manières de changer ou faire face à ces normes.

6.8 Alphabets de la prévention

Objectif

1. Explorer différentes options de prévention du VIH et du SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Préparation

Écrivez les choses suivantes sur un tableau à feuilles :

- A – S'abstenir, retarder les premières relations sexuelles, dire non au sexe
- B – Être fidèle, réduire le nombre de partenaires
- C – Utiliser des préservatifs
- D – Le faire vous-même (masturbation)
- E – Se renseigner pour savoir si son partenaire a fait le test du VIH
- F – Trouver d'autres moyens de donner ou d'obtenir du plaisir sexuel
- G – Faire le test de dépistage

Étapes

1. Commencez par demander si tout le monde dans le groupe a déjà entendu parler de l'ABC de la prévention du VIH. Demandez-leur d'expliquer ce qu'ils savent de l'abstinence, de la fidélité et des préservatifs.
2. Expliquez que beaucoup de personnes considèrent que l'ABC représente une bonne stratégie, mais qu'il se peut qu'elle soit insuffisante. Demandez si quelqu'un peut penser à une signification supplémentaire pour D, E, F et G.
3. Une fois que quelques personnes se seront exprimées, montrez-leur le tableau à feuilles que vous avez préparé avant la session.
4. Discutez de chaque « lettre » et de ses principales composantes dans le cadre du groupe.
5. Divisez le groupe en sept équipes et demandez-leur de créer une « publicité » d'une minute pour faire la promotion de leur Alphabet de la prévention. Donnez aux différents groupes 10 minutes pour se préparer et ensuite demandez à chaque groupe de présenter sa « publicité ».

6. Discutez des questions suivantes avec l'ensemble des participants :
- Comment les messages relatifs au genre et à la masculinité empêchent-ils les hommes de mettre en œuvre ces stratégies ?
 - Comment les messages relatifs au genre et à la masculinité empêchent-ils les femmes de mettre en œuvre ces stratégies ?
 - Quels autres facteurs (par exemple, la classe socio-économique, le statut marital, les croyances religieuses) peuvent empêcher la mise en œuvre de ces stratégies ?
 - Comment les hommes et les femmes peuvent-ils gagner la capacité de mettre en œuvre la prévention du VIH dans leurs vies et leurs relations ?
 - Qu'avez-vous appris de cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait être appliqué à votre propre vie et à vos relations ?

Clôture

Beaucoup d'hommes se mettent dans des situations à risque parce qu'ils ressentent une pression qui les exhorte à être de « vrais hommes ». Ils pensent qu'ils doivent se comporter avec comme des hommes virils et qu'ils ne peuvent exprimer leurs vraies émotions et sentiments. De même, les femmes peuvent être confrontées à des situations de risque en raison des normes sociales selon lesquelles elles doivent être passives, ou à cause d'un accès insuffisant aux informations et services. Les hommes tout comme les femmes ont besoin d'opportunités pour des discussions ouvertes et honnêtes sur le VIH et le SIDA ainsi que sur les stratégies de prévention, de même que les soutiens sociaux qui vont au-delà de la simple communication d'informations.

6.9 Prévention de la transmission du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants⁴⁰

Objectifs

1. Comprendre ce qui peut être fait pour prévenir la transmission du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants.
2. Examiner les obstacles auxquels sont confrontés les programmes de Prévention de la transmission mère-enfant du VIH / SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Papier de tableau à feuilles
- Stylos
- Ruban adhésif
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 21 : Prévenir la transmission du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants.

Étapes

1. Demandez aux participants d'identifier les manières dont la transmission du VIH de la mère à l'enfant peut être prévenue. Une fois que les personnes ont donné des suggestions, expliquez qu'une approche exhaustive de la prévention du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants implique :
 - D'éviter l'infection des femmes par le VIH
 - De prévenir la grossesse non désirée chez les femmes séropositives
 - De prévenir la transmission du VIH par les mères séropositives enceintes aux nourrissons et aux jeunes enfants
 - De fournir des soins et apporter du soutien aux femmes séropositives, à leurs bébés et leurs familles
2. Expliquez aux participants que nous connaissons désormais diverses façons de limiter le risque de transmission du VIH de la mère à l'enfant. Distribuez des exemplaires du Polycopié 21 à l'ensemble des participants et donnez des explications complémentaires s'ils ont des questions.
3. Une fois que vous avez passé en revue le polycopié, répartissez les participants dans des groupes de quatre. Demandez à chaque groupe d'identifier les manières dont les hommes peuvent être encouragés à soutenir chacune des quatre stratégies destinées à prévenir le VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants. Après 20 minutes demandez à chaque groupe de présenter ses stratégies.

⁴⁰ Organisation Mondiale de la Santé. 2002. Prévention de l'infection au VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants. Données disponibles et activités de l'OMS.

4. Discutez les réponses données et ensuite explorez la question suivante avec le groupe dans son ensemble :
 - Quelle action sociale d'approche des hommes votre organisation et vous-même pouvez-vous entreprendre, surtout pour mener à bien les quatre stratégies ?
5. Discutez les commentaires et posez les questions suivantes :
 - Que peut-on faire pour aider les hommes à apporter plus de soutien et à être plus ouverts s'ils apprennent que leur partenaire enceinte est séropositive ?
6. Terminez l'activité en discutant la question ci-dessous :
 - Qu'avez-vous appris dans cette activité ?
 - Quels actions précises prévoyez-vous pour aider à prévenir la transmission du VIH chez les nourrissons et les enfants ?

Clôture

Beaucoup de gens pensent que la prévention du VIH chez les nourrissons et les enfants consiste à prévenir la transmission du VIH de la mère à l'enfant. Bien que cela soit très important, il est tout aussi important de penser à la prévention de la transmission du VIH chez les nourrissons et les enfants de façon plus exhaustive. Cela inclurait la prévention primaire du VIH ; la prévention de grossesses non désirées chez les femmes séropositives ; la prévention de la transmission du VIH des mères séropositives à leurs nourrissons ; ainsi que les soins et le soutien apporté aux femmes séropositives, leurs bébés et leurs familles. Dans chacun de ces domaines, les hommes peuvent jouer un rôle majeur en apportant leur soutien à leurs partenaires et enfants et en prenant soin de leur propre santé.

Polycopié 21 :

Prévention du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants

Une approche exhaustive de la prévention du VIH chez les nourrissons et les jeunes enfants inclut :

1. La prévention primaire du VIH

- Éviter l'infection chez toutes les femmes et leurs partenaires.
- Étant donné que l'infection primaire par le VIH durant la grossesse et l'allaitement constitue une menace accrue de transmission de la mère à l'enfant, les efforts de prévention du VIH doivent également prendre en compte les besoins des femmes enceintes et celles qui allaitent, surtout dans des zones à haute prévalence.

2. La prévention des grossesses non désirées chez les femmes séropositives

- Faire en sorte que les femmes et leurs partenaires connaissent leur état sérologique vis-à-vis du VIH.
- Créer des services de planification familiale de façon à ce que les femmes et les hommes puissent prévenir les grossesses non désirées.

3. La prévention de la transmission du VIH des mères séropositives à leurs nourrissons

- Il y a trois circonstances dans lesquelles une femme peut transmettre le VIH à son enfant :
 - Durant la période prénatale, lorsque le bébé se développe dans l'utérus
 - Durant le travail et l'accouchement
 - Durant l'allaitement

Les interventions visant à prévenir la transmission du VIH d'une mère séropositive à son enfant comprennent le traitement antirétroviral, des pratiques plus saines en matière d'accouchement et des conseils et du soutien sur la nutrition des nourrissons. Notamment :

- Un certain nombre de programmes antirétroviraux se sont avérés efficaces pour réduire la transmission du VIH de la mère à l'enfant. Le choix des traitements antirétroviraux doit être fait localement en fonction de la disponibilité, de l'efficacité et du coût.
- La césarienne élective peut aider à réduire la transmission du VIH de la mère à l'enfant. Cela peut ou non être adapté à des environnements aux ressources limitées en raison de la disponibilité limitée ou des risques de complications. Les procédures invasives telles que l'épisiotomie peuvent accroître le risque de la transmission du VIH au nourrisson. Elles ne devraient être mises en œuvre qu'en cas de nécessité absolue.
- L'allaitement peut augmenter le risque de transmission du VIH au nourrisson de 10 à 20%. Cependant, le manque d'allaitement peut conduire à un risque accru de malnutrition ou de maladies infectieuses autres que le VIH. Toutes les mères séropositives et leurs partenaires doivent bénéficier de conseils qui mettent en évidence les risques et avantages des différentes

options de nutrition infantile, et les orientations nécessaires pour choisir les options les plus adaptées à leurs situations. Lorsque l'alimentation de remplacement est acceptable, faisable, abordable, durable et sûre, il est recommandé d'éviter tout allaitement de la part des mères séropositives.

4. Offre de soins et de soutien aux femmes séropositives, à leurs nourrissons et à leurs familles.

- Les services destinés aux femmes séropositives, à leurs nourrissons et à leurs familles peuvent inclure la prévention et le traitement de maladies opportunistes, les traitements antirétroviraux, le soutien psychosocial et nutritionnel, et les soins de santé reproductive, y compris la planification familiale. Les enfants en bénéficieront grâce à l'amélioration de la santé et de la qualité de vie de la mère.
- L'accès aux soins augmentera le soutien communautaire pour les programmes visant à prévenir la transmission de la mère à l'enfant et augmentera l'intérêt pour les interventions essentielles comme les tests de dépistage du VIH.

6.10 Définir l'abstinence

Objectif

1. Définir l'abstinence et identifier les stratégies pour les personnes qui souhaitent pratiquer l'abstinence.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif

Préparation

Préparer un tableau à feuilles sur les comportements sexuels et l'abstinence, notamment :

- Penser aux comportements sexuels
- Rêver de comportements sexuels
- Parler de comportements sexuels
- Flirter
- Se tenir la main
- S'embrasser
- S'embrasser langoureusement
- Massage avec vêtements
- Massage sans chemise / chemisier
- Prendre une douche ensemble
- Frottements corporels en portant des vêtements
- Frottements corporels sans vêtements
- Mains sur les organes génitaux du / de la partenaire
- Masturbation
- Masturbation mutuelle
- Rapport sexuel bucco-génital
- Rapport sexuel anal
- Rapport sexuel vaginal
- Avoir un orgasme

Étapes

1. Présentez l'activité en indiquant que la prise de mauvaises décisions sur la sexualité est une des raisons pour lesquelles les personnes sont infectées par le VIH ou d'autres IST et / ou sont confrontées à

des grossesses non désirées. Expliquez que les personnes peuvent choisir de ne pas avoir de rapports sexuels – de s'abstenir jusqu'à un moment plus adapté, surtout pour les jeunes. Commencez par écrire le mot abstinence sur le tableau à feuilles.

2. Demandez-leur s'ils ont une idée de la signification de l'abstinence. Précisez bien que vous parlez d'abstinence sexuelle.
3. Une fois que deux personnes ont donné des réponses, demandez à tous les participants d'écrire leurs définitions de l'abstinence.
4. Accordez deux à trois minutes pour le faire. Lorsqu'ils auront terminé, demandez-leur de donner leurs réponses à la personne assise à côté d'eux.
5. Une fois que cela est fait, demandez-leur de former des groupes de cinq ou six personnes et de développer une définition commune en groupe. Donnez-leur cinq à huit minutes pour préparer la définition de groupe. **[Note :** Cela peut être difficile, étant donné qu'ils peuvent avoir plusieurs définitions, donc encouragez-les à donner une définition.]
6. Affichez la liste de comportements (l'affiche que vous avez préparée précédemment) sur le mur et demandez aux groupes de l'utiliser pour créer leurs définitions. Donnez-leur environ cinq minutes pour discuter des comportements évoqués sur la liste qui s'appliqueraient à leurs définitions et ceux qui ne s'y appliqueraient pas.
7. Demandez à chaque groupe de présenter sa définition – s'il y en a une – et comment il est parvenu à la créer.
8. Posez ensuite les questions suivantes :
 - En quoi cet exercice était-il difficile ?
 - Avez-vous été surpris par quoi que ce soit ou par la réponse d'une personne ?
 - Pourquoi est-il difficile de définir l'abstinence ?
 - Pensez-vous qu'il soit important de définir l'abstinence ?
 - Est-il plus difficile pour les hommes que pour les femmes de s'abstenir ? Pourquoi ?
 - Pourquoi avons-nous choisi cet exercice ?
 - Que pouvons-nous faire pour aider les autres à s'abstenir ?
 - Avez-vous appris quelque chose ? Si oui, qu'avez-vous appris ?

Clôture

L'abstinence sexuelle suppose différentes significations selon les personnes. Ce qui vous paraît bien ne l'est peut-être pas pour une autre personne. La décision d'avoir des rapports sexuels ou de s'abstenir est personnelle et peut se prendre à plusieurs reprises dans la vie. Il ne s'agit pas d'une décision permanente, prise une fois pour toutes, ni d'une décision imposée aux autres. A l'instar de la contraception, l'abstinence sexuelle n'est efficace que lorsqu'elle est pratiquée correctement et de régulièrement. Elle requiert planification, engagement et confiance en soi. Les connaissances des options en matière de contraception et de protection sont extrêmement importantes, même pour quelqu'un qui est abstinent et prévoit de le rester dans un avenir prévisible. Il est également important de noter que même après avoir choisi l'abstinence sexuelle, on peut faire l'objet de pression ou de coercition pour avoir des rapports sexuels non désirés. Par conséquent, un environnement dans lequel les droits et choix sexuels d'une personne – quels qu'ils soient – sont respectés est le meilleur environnement possible pour encourager l'abstinence sexuelle.

6.11 Apprentissage sur les préservatifs

Objectif

1. Discuter des mythes et réalités concernant les préservatifs et donner des informations élémentaires sur la bonne utilisation du préservatif.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : élevées

Durée

60 minutes

Supports

- Petites feuilles de papier
- Stylos / crayons
- Boîte ou panier
- Modèle de pénis
- Préservatifs masculins et féminins (si disponibles)
- Fiche de ressources 22 : Mythes et réalités sur les préservatifs et la Fiche de ressources 23 : Préservatifs masculins et féminins
- Les affirmations suivantes écrites sur des feuilles de papier séparées (une affirmation par feuille) :
 1. Parler de l'utilisation des préservatifs.
 2. Acheter ou obtenir des préservatifs.
 3. Conserver les préservatifs dans un endroit frais et sec.
 4. Vérifier la date d'expiration.
 5. L'homme a une érection.
 6. Établir le consentement et la préparation aux rapports sexuels.
 7. Ouvrir le paquet de préservatifs.
 8. Dérouler légèrement le préservatif sur le pénis pour s'assurer qu'il est à l'endroit.
 9. Placer le préservatif sur le bout du pénis. Astuce : si le préservatif est mis sur le pénis à l'envers, ne le retournez pas ; jetez-le et recommencez avec un préservatif neuf.
 10. Pressez l'air hors du préservatif mais laissez un peu de place.
 11. Déroulez le préservatif sur le pénis tout en tenant le bout du préservatif.
 12. L'homme pénètre pour avoir un rapport sexuel.
 13. L'homme éjacule.
 14. Après l'éjaculation, tenez le préservatif pendant que le pénis est encore en érection. L'homme retire son pénis de son / sa partenaire avec précaution.

15. Retirez le préservatif et attachez-le pour empêcher que le contenu se renverse.
16. Jetez le préservatif.

Préparation

Si vous en trouvez, essayez d'apporter quelques préservatifs masculins et féminins à la session de manière à ce que les hommes puissent les voir et les toucher. Vous pouvez également fournir des informations aux participants sur les endroits où se procurer des préservatifs dans la communauté.

Étapes

Partie 1 – Mythes et réalités sur les préservatifs (une heure)

1. Donnez plusieurs feuilles de papier aux participants et demandez-leur d'écrire une affirmation (une phrase ou une idée) qui leur vient à l'esprit au sujet des préservatifs sur chaque carte. Encouragez-les à formuler des phrases positives et négatives.
2. Demandez à tous les participants de mettre les papiers dans la boîte ou le panier, qui sera placé devant le groupe. Ensuite demandez-leur de prendre une feuille de papier dans la boîte, de la lire à haute voix et de dire si l'affirmation correspond à un mythe ou une réalité.
3. Pendant la lecture des phrases, utilisez les Fiches d'information 22 et 23 pour compléter ou corriger les informations données par les participants. Assurez-vous de parler du préservatif féminin comme alternative à la grossesse et comme mode de prévention des IST / VIH.
4. Donnez aux participants l'opportunité de toucher les préservatifs masculins et féminins, s'il y en a. Insistez sur l'importance d'une utilisation correcte ET systématique durant les rapports sexuels.
5. Commencez la discussion avec le groupe en posant les questions suivantes :
 - Les préservatifs sont-ils faciles à obtenir dans la communauté ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Quelles sont les raisons qui poussent les hommes, y compris ceux qui ont conscience de l'importance de l'utilisation de préservatifs, à ne pas les utiliser ?
 - Que pensez-vous du préservatif féminin (voir la Fiche de ressources) ? Pensez-vous que les hommes accepteraient son utilisation ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Comment pouvez-vous aider à dissiper certains des mythes parmi les hommes et dans la communauté concernant l'utilisation de préservatifs ?
 - Comment pouvez-vous soutenir l'utilisation de préservatifs dans votre communauté ?

Partie 2 – Utilisation correcte du préservatif

1. Donnez un préservatif dans son paquet à tous les participants. Demandez-leur de vérifier que la date d'expiration du préservatif n'est pas dépassée. Ensuite demandez-leur d'ouvrir le paquet et de sortir le préservatif. Encouragez-les à étirer le préservatif et à le manipuler.
2. Divisez les participants en groupes de deux. Demandez à un membre de chaque paire de placer un préservatif sur une main. (Recommandez aux personnes avec des ongles longs de faire attention !) Ensuite dites-lui de fermer les yeux et de demander à son / sa partenaire de toucher son poing avec un doigt. Demandez aux participants qui portent le préservatif :
 - Sentez-vous le doigt de la personne qui vous touche ?
 - Que sentez-vous à travers le préservatif ?
 - Quelle est l'épaisseur du préservatif à présent ?

3. Demandez aux participants d'étirer le préservatif autant que possible sans le casser. Demandez-leur s'ils peuvent l'étirer sur leurs bras ou pieds ou l'éclater. Posez les questions suivantes aux participants :
 - Quelle a été la longueur maximale du préservatif ?
 - Quelle a été la largeur maximale du préservatif ?
 - Qu'est-il arrivé au préservatif lorsqu'il a été étiré ? S'est-il cassé ?
4. Demandez aux participants de résumer ce qu'ils ont appris des jeux avec les préservatifs. Insistez sur deux points clefs : le préservatif est extrêmement solide tout en étant sensible au toucher. C'est une bonne forme de protection contre les IST (y compris le VIH) sans altérer le plaisir de la relation sexuelle.
5. Expliquez que vous voulez à présent parler des étapes correctes à suivre pour l'utilisation d'un préservatif. Distribuez au hasard les cartes sur les « Étapes de l'utilisation du préservatif ». Ensuite demandez aux participants de se lever et de se placer dans l'ordre des étapes correctes. Évoquez les questions suivantes :
 - Quels aspects de cette activité ont-ils été difficiles ?
 - Aviez-vous des doutes par rapport à l'ordre des étapes ? Pourquoi ? Certaines de ces étapes auraient-elles pu correspondre à plus d'une étape ? Certaines de ces étapes pourraient-elles être inversées ?
 - Pensez-vous que la plupart des gens qui utilisent les préservatifs suivent ces étapes ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
6. Donnez de nouveaux préservatifs aux participants, demandez-leur d'essayer de les mettre sur le modèle de pénis eux-mêmes. Si vous avez le temps après que les participants ont terminé, demandez à un/e volontaire de montrer comment bien utiliser un préservatif en utilisant le modèle de pénis. Une fois que le volontaire a terminé, demandez aux participants de faire des commentaires pour dire si la démonstration a été effectuée correctement.
7. Rappelez aux participants que les préservatifs doivent toujours être conservés dans un endroit frais et sec. L'utilisation d'un lubrifiant à base d'eau comme le gel K-Y réduira les possibilités de déchirement du préservatif et peut rendre le rapport sexuel plus agréable. Les lubrifiants gras tels que la vaseline, les crèmes ou les graisses peuvent causer le déchirement des préservatifs et ne doivent jamais être utilisés.

Clôture

Le simple fait de savoir que les préservatifs peuvent aider à éviter la grossesse et les IST / le VIH ne suffit pas. Vous devez également apprendre à l'utiliser correctement et comprendre l'importance d'une utilisation régulière. De plus, vous devez être capable de faire participer vos partenaires à des discussions sur les arguments en faveur ou contre les rapports sexuels, y compris sur l'importance de l'abstinence avant le mariage. Si vous décidez d'avoir des relations sexuelles, vous devez discuter avec votre partenaire de la meilleure manière de se protéger contre la grossesse non désirée ou les IST / VIH, y compris l'utilisation de préservatif.

Fiche de ressources 22 : Mythes et réalités sur les préservatifs

MYTHE : Les préservatifs ont des petits trous par lesquels passent le sperme et le VIH.

RÉALITÉ : Les préservatifs font l'objet de tests pour détecter tout défaut avant d'être emballés et vendus. Le VIH ne peut en aucun cas passer par le préservatif. Si quelqu'un utilise un préservatif mais contracte le VIH ou s'il y a grossesse, cela ne peut être dû quasi exclusivement qu'à une erreur humaine, comme l'utilisation de lubrifiants gras, l'utilisation de vieux préservatifs dont la date de péremption est dépassée, la conservation de préservatifs au soleil ou dans un lieu chaud (comme une poche) ou une déchirure causée par vos ongles ou vos dents quand vous avez du mal à les sortir de leurs paquets.

MYTHE : Si un préservatif glisse durant un rapport sexuel, il peut se perdre dans le vagin de la femme.

RÉALITÉ : Un préservatif est trop grand pour passer dans le col de l'utérus (l'ouverture vers l'utérus à partir du vagin).

MYTHE : Les préservatifs limitent le plaisir du rapport sexuel.

RÉALITÉ : L'utilisation de préservatifs ne limite pas le plaisir d'un homme ou d'une femme ou sa capacité d'avoir un orgasme.

MYTHE : L'utilisation de deux préservatifs au même moment signifie que vous êtes mieux protégés.

RÉALITÉ : L'utilisation de deux préservatifs peut entraîner beaucoup de friction, ce qui peut causer le déchirement des préservatifs. Les gens doivent utiliser un seul préservatif lubrifié en latex pour les rapports sexuels.

MYTHE : Une femme qui a un préservatif dans son porte monnaie est une « femme facile » ou aux mœurs légères.

RÉALITÉ : Une femme qui a un préservatif agit de manière responsable et se protège contre les grossesses non désirées, les IST de même que le VIH et le SIDA.

Fiche de ressources 23 : Préservatifs masculins et féminins

Information sur les préservatifs : les préservatifs doivent toujours être conservés dans un endroit frais et sec. L'utilisation d'un lubrifiant à base d'eau comme le gel K-Y réduira les possibilités de déchirement du préservatif et peut rendre le rapport sexuel plus agréable. Les lubrifiants gras tels que la vaseline, les crèmes ou les graisses peuvent causer le déchirement des préservatifs et ne doivent jamais être utilisés. Les préservatifs féminins sont plus chers que les préservatifs masculins. Il est peu probable que vous puissiez obtenir suffisamment de préservatifs féminins pour l'ensemble du groupe.

Différences entre les préservatifs féminins et masculins. Le préservatif féminin représente une nouvelle méthode de contraception. Il n'est pas disponible dans beaucoup de pays, mais vous pouvez l'acheter dans certaines pharmacies. On espère que les préservatifs féminins seront disponibles à travers le monde très prochainement. Ils sont fabriqués à partir d'un plastique appelé polyuréthane. Mais les préservatifs masculins sont en latex. Étant donné que les préservatifs féminins sont en polyuréthane et non en latex (comme les préservatifs masculins), ils peuvent être utilisés avec un lubrifiant gras ou à base d'eau.

La partie intérieure du préservatif féminin est lubrifiée. Le préservatif féminin peut être inséré avant un rapport sexuel. Le préservatif masculin ne peut être utilisé que lorsque le pénis est en érection.

Les avantages du préservatif féminin. Dans de nombreux endroits, les femmes n'ont pas droit à la parole en matière de questions sexuelles et elles ont du mal à imposer l'utilisation de préservatifs masculins à leurs partenaires. Le préservatif féminin est une méthode qui permet aux femmes de maîtriser leur corps. Il a recours à une méthode de barrière qui peut les protéger contre les IST, y compris le VIH, et peut prévenir une grossesse non désirée. Le préservatif féminin est inséré dans le vagin avant des rapports sexuels vaginaux. Vous n'avez donc pas à interrompre les préliminaires pour l'utiliser. Son utilisation ne dépend pas de l'érection masculine et ne nécessite pas un retrait immédiat après l'éjaculation.⁴¹

L'utilisation du préservatif féminin. L'anneau interne du préservatif féminin est utilisé pour insérer le préservatif et aide à le garder en place. L'anneau interne glisse jusqu'à sa place derrière l'os pubien. L'anneau externe est mou et reste en dehors du vagin durant les rapports sexuels vaginaux. Cet anneau couvre la zone proche de l'ouverture du vagin.

41 ONUSIDA et Organisation Mondiale de la Santé. 1997. The female condom : an information pack. Genève, Suisse. (Le préservatif féminin : un pack d'information)

6.12 Parler de l'utilisation des préservatifs

Objectif

1. Comprendre les difficultés relatives à l'évocation de la sexualité avec les partenaires et au développement de compétences liées à la communication sur l'utilisation du préservatif.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Notes de l'animateur

Parfois les participants sont réticents à l'idée de participer à des jeux de rôle. Vous pouvez y faire face en jouant un personnage et en permettant aux participants de jouer l'autre. Vous pouvez commencer le jeu de rôle en affirmant quelque chose. Ensuite, tout le monde au sein du groupe peut répondre à cette affirmation. Cette activité peut être facilitée si vous demandez à un groupe de trois ou quatre participants de mettre debout derrière chaque personne qui joue un personnage. Cela permet aux personnes derrière celui / celle qui joue un personnage de lui donner des conseils sur ce qu'il / elle doit dire. Certaines affirmations contre l'utilisation peuvent être les suivantes :

- « Mais je sais que je n'ai aucune maladie. »
- « Es-tu en train de suggérer que je te trompe ? »
- « Mais nous n'avons jamais utilisé de préservatif. »
- « Les préservatifs me font perdre toutes les sensations... »
- « Si tu veux utiliser un préservatif, j'irai autre part pour avoir un rapport sexuel. »
- « Mon pénis est trop gros pour un préservatif. »

Étapes

1. Demandez aux participants de faire un brainstorming sur l'ensemble des choses qu'un homme pourrait dire lorsqu'il refuse d'utiliser un préservatif. Écrivez les sur un tableau à feuilles. Ajoutez des éléments de la liste des affirmations issues des Notes de l'animateur / animatrice.
2. Rassemblez les participants par groupe de trois personnes. Expliquez qu'il y a trois rôles dans chaque groupe :
 - La personne A est un homme qui ne veut pas utiliser de préservatif.
 - La personne B est son / sa partenaire sexuel/le.
 - La personne C est un/e observateur / observatrice.

3. Expliquez que la personne A dans chaque groupe prendra une affirmation dans la liste et que la personne B, le / la partenaire, veut utiliser un préservatif, et devra essayer de répondre à l'affirmation de la personne A.
 - « Mais je sais que je n'ai aucune maladie. »
 - « Es-tu en train de suggérer que je te trompe ? »
 - « Mais nous n'avons jamais utilisé de préservatif. »
 - « Les préservatifs me font perdre toutes les sensations... »
 - « Si tu veux utiliser un préservatif, j'irai autre part pour avoir un rapport sexuel. »
 - « Mon pénis est trop gros pour un préservatif. »
 - « Les préservatifs ont une substance collante qui propagent la maladie – donc je ne veux pas les utiliser ! »
 - « Les préservatifs manquent de romantisme. »
 - « Les préservatifs sont compliqués à gérer. »
4. Dites aux personnes A et B de continuer leur dispute autant que possible. La personne C doit écouter attentivement la conversation et noter les arguments avancés pour et contre les préservatifs. Lorsqu'ils ont terminé, demandez aux personnes de chaque groupe d'échanger leurs rôles et d'essayer de développer une autre affirmation issue de la liste. Dites aux groupes qu'ils disposeront de 15 minutes pour cet exercice.
5. Une fois que les jeux de rôle sont terminés, posez les questions suivantes :
 - Quand vous jouiez le rôle de la personne C, qu'avez-vous remarqué par rapports aux arguments contre les préservatifs ?
 - Quels ont été les meilleurs arguments utilisés en faveur des préservatifs ?
 - Qu'avez-vous ressenti en tant que personne (B) qui souhaite utiliser un préservatif et qui doit persuader se partenaire (A) ?
 - Qu'avez-vous ressenti en tant que personne (A) qui ne voulait pas utiliser un préservatif ?
 - Si un couple décide d'avoir des rapports sexuels, quels sont les avantages et inconvénients de l'utilisation d'un préservatif ?
 - Quand un couple doit-il discuter de l'utilisation de préservatifs ?
 - Que se passe-t-il si une femme ne souhaite pas utiliser de préservatif ?
 - Que se passe-t-il si une femme demande à son partenaire d'utiliser un préservatif et ce dernier n'en a pas ? Que doit-il faire ?
 - Qui doit suggérer l'utilisation de préservatif ? Que penseriez-vous d'une femme qui porte un préservatif sur elle ?
 - Comment peut-on surmonter les difficultés rencontrées lors de la discussion de l'utilisation d'un préservatif avec un/e partenaire ?

Clôture

Il peut être difficile de négocier l'utilisation du préservatif avec un/e partenaire en raison d'un certain nombre de facteurs, y compris la peur que votre partenaire pense que vous ne lui faites pas confiance. C'est pourquoi il est important de connaître les avantages de l'utilisation d'un préservatif et d'être préparé pour discuter de ces avantages avec votre partenaire. Il est important de penser également aux arguments qu'il ou elle peut donner contre l'utilisation du préservatif et la façon dont vous pourriez y répondre.

Lien

L'activité « **Veux... Ne veux pas... Veux... Ne Veux pas** » peut également être adapté pour pratiquer la négociation de l'utilisation du préservatif dans les relations intimes.

6.13 Faire le test de dépistage du VIH

Objectif

1. Discuter l'importance des conseils et tests de dépistage en matière de VIH et du SIDA et leurs avantages et difficultés.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Papier
- Ciseaux
- Marqueurs
- Ruban adhésif

Préparation

Avant la session, rassemblez des informations sur les centres locaux de conseil et dépistage volontaire (VCT) et, si possible, organisez la participation d'un représentant de ces centres à cette session et / ou la visite du centre par les hommes. Il est également important de connaître les politiques et services d'approvisionnement en traitements antirétroviraux pour les personnes qui souffrent du VIH et du SIDA.

Étapes

1. Demandez à deux volontaires de participer à un jeu de rôle représentant un homme qui arrive à un centre sanitaire pour un test de dépistage du VIH et un conseiller qui aide l'homme. Les participants doivent décider de la scène, de l'expression sur le visage de l'homme, de son comportement et de l'apparence du conseiller. Expliquez qu'il faut du temps pour obtenir le résultat du test de dépistage du VIH et qu'il s'agit là du premier contact de l'homme en question avec un centre sanitaire. Le conseiller doit être sympathique et établir un vrai contact avec l'homme. Lorsque vous pensez que cela est nécessaire, arrêtez la scène en donnant un ordre (par exemple, « Ne bougez plus ! »)
2. Ensuite, discutez des questions suivantes avec les participants :
 - D'après vous, qu'est-ce qui a poussé l'homme à vouloir prendre le test de dépistage ?
 - Combien de temps lui a-t-il fallu pour prendre la décision de faire le test de dépistage ?
 - D'après vous, comment va-t-il prendre le résultat ?
 - Comment se sent-il ? A-t-il peur ? Est-il confiant ? Pourquoi ?
 - Pensez-vous que sa famille ou ses amis savent ce qu'il est venu faire ?
3. Après avoir évoqué ces questions, demandez à deux autres paires de jouer la même scène, mais cette fois-ci, de commencer au moment où les résultats du test sont révélés. Donnez un résultat positif à une paire et un résultat négatif à l'autre, et demandez à chacune de jouer les rôles du conseiller qui donne les résultats et du jeune homme qui réagit. N'indiquez pas au reste du groupe quelle paire jouera la scène des résultats positifs / négatifs.

4. Posez des questions au groupe sur les jeux de rôle :
 - Comment l'homme a-t-il pris la nouvelle de son test positif / négatif ?
 - D'après vous, à quelle personne va-t-il parler en premier ?
 - D'après vous, pourquoi le résultat du test est-il positif / négatif ?
 - Que pense-t-il faire maintenant qu'il sait qu'il est atteint / n'est pas atteint du virus ?
5. Demandez au groupe de discuter des réalités de chacun des jeux de rôle.
6. Enfin, demandez à deux paires de faire des jeux de rôle : un sur l'avenir de l'homme qui a obtenu un résultat positif, l'autre sur l'avenir de l'homme qui a obtenu un résultat négatif.
7. Ensuite, posez des questions au groupe sur les jeux de rôle :
 - Quelles initiatives les hommes séropositifs / séronégatifs doivent-ils prendre ?
 - Quelles sont leurs attentes par rapport à l'avenir ?
8. Terminez la discussion avec les questions ci-dessous.
 - Les membres de votre communauté savent-ils où aller pour obtenir des conseils et des tests de dépistage du VIH ? Pensent-ils que cela se fera en sécurité et de façon anonyme ?
 - D'après vous, comment les personnes sont-elles traitées lorsqu'elles veulent avoir des conseils sur le VIH ou subir le test de dépistage du VIH ?
 - D'après vous, comment devraient-elles être traitées ?
 - D'après vous, les hommes sont-ils plus ou moins susceptibles que les femmes d'avoir recours à des conseils sur le VIH et à un test de dépistage du VIH ? Pourquoi ?
 - D'après vous, quels sont les facteurs les plus importants empêchant les hommes d'avoir recours à des services de conseils et de tests de dépistage du VIH ?
 - Que peut-on faire pour affronter ces obstacles ?
 - Que doit faire un homme si ses résultats de test sont positifs ?
 - Que doit faire un homme si ses résultats de test sont négatifs ?
 - Comment pouvez-vous encourager plus d'hommes dans votre communauté à faire le test de dépistage ?

Clôture

Les hommes sont souvent moins susceptibles que les femmes d'avoir recours à des services sanitaires, y compris les conseils et les tests de dépistage du VIH, étant donné qu'ils ne se considèrent pas vulnérables à la maladie ou aux risques, ou qu'ils peuvent juste vouloir « tenir bon » lorsqu'ils sont malades. Néanmoins, comme cela a été dit, les hommes sont confrontés à de nombreux risques, et le test de dépistage du VIH constitue une part essentielle des soins pour eux-mêmes et leurs partenaires. Il est important pour les hommes de savoir où ils peuvent avoir accès à ces services dans leurs communautés et d'y avoir recours, si nécessaire. Les participants doivent réfléchir ensemble sur la manière de soutenir les hommes dont le résultat est négatif de manière à ce qu'ils continuent à bien se protéger et sur la façon d'encourager les hommes dont le résultat est positif pour qu'ils vivent dans des conditions positives, autrement dit qu'ils aient recours à des services et se protègent et protègent leurs partenaires d'une infection éventuelle.

Options de formation

Invitez le groupe à créer un jeu de rôle montrant les deux hommes qui se réunissent et parlent avant et après l'obtention des résultats.

6.14 Circoncision masculine comme stratégie de prévention du VIH

Objectifs

1. Aider à la compréhension des avantages sanitaires de la circoncision masculine pour un homme et son / sa partenaire.
2. Discuter les moyens et les messages visant à promouvoir la circoncision masculine.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Papier de tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif

Préparation

1. Préparez une feuille de tableau à feuilles avec la définition suivante :

L'ablation du prépuce qui couvre le gland du pénis

2. Couvrez la définition avec une feuille de tableau à feuilles.
3. Écrivez les termes suivants sur des feuilles de tableau à feuilles :

Mécanismes de protection contre le VIH / les IST :

- Effet anatomique / kératinisation (la peau du gland devient moins vulnérable aux infections).
- Réduction des cellules cibles du VIH.
- Réduction de l'ulcère génital.

Autres avantages :

- Taux d'infections urinaires moins élevés chez les nourrissons de sexe masculin.
- Prévention de l'inflammation du gland (*balanite*) et du prépuce (*posthite*).
- Prévention des problèmes de santé liés au prépuce, tels que le phimosis (incapacité de découvrir le gland) et le paraphimosis (tuméfaction du prépuce rétracté, qui empêche celui-ci de revenir à sa position normale).
- Les hommes circoncis assurent plus facilement l'hygiène de leur pénis.
- Deux études montrent désormais que les partenaires féminines d'hommes circoncis ont moins de risques d'avoir un cancer du col de l'utérus.
- La circoncision est associée à un risque moins élevé de cancer du pénis.
- Les hommes circoncis ont moins de risques de contracter certaines infections sexuellement transmissibles, surtout les maladies ulcératives telles que la chancrelle et la syphilis.

Étapes

1. Écrivez le terme « Circoncision masculine » sur une feuille blanche du tableau à feuilles et demandez aux participants s'ils savent ce que cela veut dire. Après quelques réponses, enlevez la feuille blanche et montrer la définition qui se trouve en dessous.
2. Expliquez qu'il n'y a pas d'âge limite pour la circoncision masculine. Tout homme peut être circoncis en tant que nourrisson, durant l'enfance ou plus tard en tant qu'adulte. « Utilisez le tableau à feuilles que vous avez préparé au préalable indiquant la liste des mécanismes de protection de la circoncision » :
 - Effet anatomique / kératinisation (la peau du gland devient moins vulnérable face aux infections).
 - Réduction des cellules cibles du VIH.
 - Réduction de l'ulcère génital.
3. Les recherches montrent également que l'ablation du prépuce est liée à un ensemble d'autres avantages sanitaires tels que (utilisez le tableau à feuilles que vous avez préparé au préalable avec la liste des autres avantages de la circoncision) :
 - Taux d'infections urinaires moins élevés chez les nourrissons de sexe masculin qui ont été circoncis.
 - Prévention de l'inflammation du gland (*balanite*) et du prépuce (*posthite*).
 - Prévention des problèmes de santé liés au prépuce, tels que le *phimosi* (incapacité de découvrir le gland) et le *paraphimosi* (tuméfaction du prépuce rétracté, qui empêche celui-ci de revenir à sa position normale).
 - Les hommes circoncis assurent plus facilement l'hygiène de leur pénis. Les sécrétions peuvent facilement s'accumuler dans l'espace situé entre le prépuce et le gland, ce qui contraint l'homme non circoncis à rétracter et nettoyer le prépuce régulièrement.
 - Deux études montrent désormais que les partenaires féminines des hommes circoncis ont moins de risques d'avoir un cancer du col de l'utérus, dont l'origine est une infection persistante par des souches de papillomavirus humain oncogène (à l'origine de cancer).
 - La circoncision est associée à un risque moins élevé de cancer du pénis.
 - Les hommes circoncis ont moins de risque de contracter certaines infections sexuellement transmissibles, surtout les maladies ulcératives en particulier, la chancrelle et la syphilis.
4. Expliquez qu'après la circoncision, un homme doit attendre six à huit semaines avant de reprendre son activité sexuelle. S'il ne respecte pas ce délai, son risque d'infection par les IST, y compris le VIH, est accru et il peut les transmettre plus facilement à ses partenaires.
5. Répétez que bien que la circoncision masculine limite le risque de transmission hétérosexuelle femme-homme du VIH, il ne l'élimine pas pour autant. (On considère que la circoncision offre seulement 60 % des effets protecteurs contre la transmission du VIH.) **Par conséquent, les hommes circoncis doivent tout de même utiliser des préservatifs.**
6. Dans certaines communautés, la circoncision masculine fait partie d'un rite de passage à l'âge adulte. Elle est souvent effectuée en dehors d'un cadre médical, à un moment où les garçons « deviennent des hommes ». Dans certaines communautés, si un homme n'est pas circoncis dans le cadre de ce rituel, il ne sera jamais considéré comme un « homme ». Parfois, les circoncisions sont effectuées dans des conditions ne respectant pas l'hygiène. Lorsque cela est possible, il est important de promouvoir « les circoncisions médicales ».

7. Terminez l'activité en discutant des questions ci-dessous :
- Pensez-vous qu'il est important de promouvoir la circoncision masculine comme stratégie de prévention du VIH – pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Pensez-vous que les hommes comprendront que même s'ils sont circoncis, ils doivent néanmoins utiliser des préservatifs ?
 - Savez-vous où un homme peut se rendre pour se faire circoncire ?
 - Qu'avez-vous appris de cet exercice ?
 - Que peuvent faire les hommes pour encourager d'autres hommes à considérer la circoncision ?

Clôture

La circoncision représente une stratégie majeure en matière de prévention du VIH. Cependant, bien qu'elle limite le risque de transmission hétérosexuelle du VIH de la femme à l'homme, elle ne l'élimine pas. **Par conséquent, les hommes circoncis doivent tout de même utiliser des préservatifs.**

7. Vivre avec le VIH

7.1 Vie positive

Objectifs

1. Mieux comprendre les impacts du VIH et du SIDA d'un point de vue personnel.
2. Être capable d'identifier les rôles que les hommes peuvent jouer pour réduire l'impact du VIH et du SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : faibles

Durée

75 minutes

Supports

- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 22 : Questions générale sur la vie

Notes de l'animateur

Avant la session, faites des recherches sur les législations et réglementations locales et / ou nationales concernant les droits des personnes qui vivent avec le SIDA, sur les réseaux de soutien, sur les informations les plus récentes relatives aux couples séro-discordants (une personne est séropositive, l'autre ne l'est pas) et la question des personnes qui vivent avec le SIDA et souhaitent avoir des enfants (implications et risques encourus).

Il peut être intéressant d'inviter quelqu'un qui vit avec le VIH et le SIDA à participer à la session et à parler de son expérience aux participants. Si vous invitez quelqu'un, il sera important d'aider à faire la médiation durant la discussion entre l'invité/e et les participants afin que ces derniers soient le plus à l'aise possible pour poser des questions. Vous pouvez également montrer et discuter d'un film illustrant les expériences des personnes qui vivent avec le SIDA.

Cette activité peut s'avérer très personnelle et susciter beaucoup d'émotions. Il peut y avoir des participants au sein du groupe qui sont séropositifs. D'autres peuvent avoir des amis proches ou des membres de leur famille qui vivent avec le VIH et le SIDA. Rappelez au groupe que ce n'est pas grave s'ils passent une question. Encouragez les participants à ne donner que les informations qui ne les mettent pas mal à l'aise.

Les participants peuvent se sentir mal à l'aise à l'idée de parler de ces questions en tête-à-tête. Une option est de demander aux personnes de réfléchir individuellement à ce premier ensemble de questions et de passer à l'étape 3. Souvenez-vous que les expériences des hommes et des femmes par rapport au VIH et au SIDA seront également influencées par l'âge, la classe sociale, la caste, l'ethnicité ainsi que d'autres facteurs.

Étapes

1. Divisez les participants en paires. Distribuez le polycopié et demandez à chaque personne de répondre à la question suivante en deux minutes :
 - Si j'étais séropositif/ve, de quelle façon cela changerait-il ma vie ?Expliquez aux participants qu'ils doivent se référer aux questions du polycopié lorsqu'ils réfléchissent à la manière dont leur vie changerait s'ils étaient séropositifs.
2. Ensuite demandez aux groupes de répondre à tour de rôle aux questions suivantes, en leur accordant quatre minutes pour le faire :
 - Quel serait la difficulté plus importante de la séropositivité ? Pourquoi ?
 - Comment est-ce que je changerais mes relations sentimentales et intimes ?
3. Rassemblez les participants et lancez une discussion générale en posant la question suivante :
 - Quelles idées les gens ont-ils trouvé ?
 - Qu'avez-vous ressenti en posant les questions ?
 - Comment les personnes séropositives que vous connaissez ou dont vous avez entendu parler gèrent-elles la vie avec le virus ?
 - Que pensent les personnes non testées pour le VIH de ce que serait leur vie si elles étaient séropositives ?
4. Expliquez que vous souhaitez examiner plus en détail les différences entre les femmes et les hommes pour ce qui est des impacts du VIH et du SIDA. Divisez les participants en deux groupes. Demandez au premier groupe comment les femmes vivent avec le VIH et le SIDA, et au deuxième groupe comment les hommes sont affectés par ces conditions.
5. Accordez 30 minutes à ce travail de groupe et demandez ensuite à chaque groupe de présenter les points essentiels de leur discussion. Puis animez une discussion sur les questions suivantes :
 - Quelles sont les principales différences entre les femmes et les hommes en ce qui concerne la vie avec le VIH et le SIDA ?
 - Quelles sont les principales différences entre les femmes et les hommes au niveau de la façon dont ils sont affectés par ces conditions ?
 - Quelles sont les principales différences entre les femmes et les hommes en ce qui concerne les soins apportés à une personne vivant avec le VIH et le SIDA ?
 - À qui les jeunes séropositifs peuvent-ils s'adresser pour obtenir de l'aide ? Existe-t-il un réseau de soutien pour les personnes qui vivent avec le SIDA dans votre communauté ou région ?
 - Comment les hommes peuvent-ils participer davantage aux soins des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA ?
 - Quels autres rôles les hommes peuvent-ils jouer dans la réduction de l'impact du VIH et du SIDA sur les femmes et d'autres hommes ?
 - Quel impact le VIH et le SIDA ont-ils sur une communauté en général ?
 - Comment pouvons-nous être plus tolérants vis-à-vis des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA ?
6. Notez toute suggestion d'action sur le Modèle écologique et résumez la discussion en vous assurant de traiter les points clefs de la conclusion.

Clôture

Aujourd'hui, grâce aux progrès médicaux et pharmacologiques réalisés et une meilleure compréhension du VIH et du SIDA, la qualité de vie des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA s'est considérablement améliorée. Cela signifie que ces personnes peuvent mener des vies normales, comme le reste de la société. Elles peuvent continuer à avoir des relations sentimentales, elles peuvent se marier, avoir une vie sexuelle active, avoir des enfants et travailler.

Cependant, les sidéens sont souvent victimes d'opprobre et de discrimination de la part de la société et ont besoin de traitements et de médicaments spécifiques. Avant tout, ils requièrent et veulent du respect et de la dignité. Il y a de plus en plus de personnes infectées depuis longtemps qui mènent des vies tout à fait normales. (Essayez de trouver des exemples issus de votre communauté, de votre pays ou de votre région.) Ces individus sont la preuve qu'une vie avec le VIH et le SIDA n'est pas « finie », mais plutôt une vie qui « continue ». Pour cela, il est fondamental que vous-même et d'autres personnes jouiez votre rôle pour contribuer à construire une communauté juste qui soutient tout le monde, y compris ceux qui vivent avec le VIH et le SIDA.

Les femmes sont plus lourdement affectées par le VIH et le SIDA que les hommes. S'occuper de la santé des membres de la famille n'est qu'une des responsabilités des femmes. Ces soins sont gratuits, mais ils ont un coût ! Si elles sont elles-mêmes malades ou prennent soin de malades, les femmes ne peuvent pas faire d'autres travaux. Cela a un impact grave sur le bien-être du foyer à long terme. Les femmes se sentent souvent coupables, terrifiées à l'idée de pouvoir infecter leurs enfants. La discrimination et l'opprobre augmentent le stress. Les soins ne se terminent pas à la mort de la personne sidéenne. Les femmes sont souvent accusées de ne pas avoir suffisamment pris soin de leurs époux. Certaines sont même accusées d'être des sorcières. Les soins des orphelins incombent aux grands-mères et tantes. Les femmes qui s'occupent de personnes malades sont elles-mêmes souvent séropositives.

Les rôles liés au genre ont un impact sur la manière dont les hommes gèrent le VIH et le SIDA. Les rôles liés au genre peuvent porter préjudice à la santé et au bien-être des hommes séropositifs. Les recherches ont montré que les hommes choisissent de ne pas participer aux soins et activités de soutien en raison de leur peur d'être raillés pour accomplir des tâches généralement attribuées aux femmes.⁴² De même, les rôles liés au genre encouragent les hommes à considérer le recours à l'aide comme un signe de faiblesse. Cela empêche les hommes d'avoir recours à des conseils et du soutien lorsqu'ils sont infectés et / ou malades. Cette idée empêche également les hommes de se soutenir mutuellement face au VIH et au SIDA. Ces mêmes rôles liés au genre accroissent la probabilité que les hommes utilisent l'alcool, les drogues et le sexe pour atténuer leurs sentiments de désespoir et de peur.

Les hommes peuvent jouer un rôle plus important pour la réduction de l'impact du VIH et du SIDA. Nous devons aider et défier les hommes afin qu'ils participent davantage aux soins et aux activités de soutien. Les hommes peuvent également parler avec les femmes qui font partie de leurs vies pour évoquer le partage plus équitable des tâches familiales ou du foyer. Cela limiterait le fardeau des femmes. Les hommes ont un rôle essentiel à jouer dans le soutien apporté à d'autres hommes pour faire face au VIH et au SIDA, sur le plan émotionnel et pratique.

⁴² Par exemple, dans une étude d'ONUSIDA datant de 1998, les auteurs ont révélé qu'à Kyela, Tanzanie, les chefs de famille souhaiteraient faire plus lorsque leurs partenaires tombent malades mais ont subi des entraves en raison des définitions culturelles de masculinité et des rôles définis qui déterminent la masculinité. » Aggleton, P., & Warwick, I. 1998. A comparative analysis of findings from multisite studies of household and community responses to HIV and AIDS in developing countries. ONUSIDA : Genève.

Polycopié 22 :

Questions sur la vie en général

À la maison :

1. Combien de personnes vivent dans votre foyer ?
2. Assurez-vous des tâches ménagères ?
3. Quelle est l'atmosphère chez vous ?
4. Comment vous entendez-vous avec les personnes qui vivent chez vous ?

À l'école :

1. Allez-vous à l'école ?
2. Où étudiez-vous ?
3. Quels sont vos horaires ?
4. Combien d'heures par jour ?
5. Qu'aimez-vous le plus à l'école ?
6. Qu'aimez-vous le moins à l'école ?

Relations sentimentales :

1. Avez-vous une petite amie / un petit ami (épouse / époux) ?
2. Depuis combien de temps sortez-vous ensemble ?
3. En général, vous voyez-vous tous les jours ?
4. Où allez-vous ?
5. Que faites-vous ensemble ?
6. Qu'est-ce que vous aimez le plus chez elle / lui ?
7. Qu'est-ce que vous aimez le moins dans votre relation avec elle / lui ?

Au travail :

1. Est-ce que vous travaillez ?
2. Que faites-vous ?
3. Combien d'heures par jour ? Quels sont vos horaires ?
4. Comment vous entendez-vous avec vos collègues ?
5. Qu'attendez-vous de votre travail ?

Avec les amis :

1. Quand rencontrez-vous vos amis (matin, après-midi, nuit) ?
2. Que faites-vous ensemble ?
3. Avez-vous un endroit favori où vous aimez vous rendre (plage, bar, club, dans la rue ou chez quelqu'un) ?
4. Pratiquez-vous un sport ensemble ?
5. Que faites-vous pour vous divertir ?

Loisirs :

1. Quelles sont vos loisirs ?
2. Passez-vous du temps seul/e ? Combien de temps ? Que faites-vous pendant ces moments-là ?
3. Faites-vous des activités tout/e seul/e ? Lesquelles ? A quelle fréquence ?

7.2 Vivre de façon positive – clips de portraits

Objectif

1. Écouter des histoires racontées par des personnes qui vivent de façon positive avec le VIH et le SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d’alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : élevées

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- DVD MAP d’EngenderHealth avec des clips de portraits / Afrique du Sud
- Lecteur DVD et sonorisation

Préparation

Avant d’animer cette session, assurez-vous de regarder les clips du DVD afin de vous familiariser avec eux. Examinez également les sujets de discussion et les messages clefs des narrateurs.

Notes de l’animateur

Si vous n’avez pas d’exemplaires des clips de portraits, ils sont disponibles en ligne sur le site www.engenderhealth.org.

Il y a d’autres portraits PAM illustrant une vie normale avec le VIH et le SIDA. Assurez-vous d’examiner ceux d’Azola, de Thami et de Msekeli pour voir s’ils seraient éventuellement plus adaptés à votre auditoire.

Étapes

1. Débutez cette session en expliquant que vous souhaitez montrer des portraits d’hommes qui vivent normalement avec le VIH. Il s’agit de deux hommes qui ont choisi de révéler leur séropositivité, dans l’espoir de limiter les préjugés et d’aider d’autres hommes à faire le test de dépistage et gérer leurs infections. Expliquez que chaque clip dure environ trois minutes et sera suivi d’une petite discussion.
2. Commencez la discussion en montrant le clip de Jason. Une fois terminé, commencez une discussion en posant les questions suivantes et concluez avec les points clefs que Jason met en évidence :

Questions pour la discussion après avoir regardé le clip de Jason :

- D’après vous, que dit Jason dans cette histoire ?
- Qu’avez-vous ressenti par rapport à l’histoire de Jason ?
- D’après vous, pourquoi Jason a-t-il ressenti de la honte ?
- Vous êtes-vous déjà senti isolé/e, seul/e ou rejeté/e ?
- Qu’avez-vous fait pour surmonter ces sentiments ?

- D'après vous, pourquoi les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA sont-elles si souvent stigmatisées ?
- Que pouvez-vous faire pour arrêter la stigmatisation des personnes qui vivent avec le VIH / SIDA ? Que pouvez-vous faire pour soutenir la prévention du VIH ?

Points clefs mis en évidence par Jason dans son clip (à évoquer après la discussion) :

- Les personnes qui vivent avec le VIH / SIDA souffrent d'une discrimination et d'une stigmatisation considérables, et elles ont tendance à se détester, à éprouver de la colère et de la frustration.
- Cette discrimination est injustifiée et elle doit cesser.
- Les personnes qui vivent avec le VIH / SIDA ne doivent pas être définies par leur séropositivité ; ce sont simplement des personnes qui vivent avec le virus. Elles peuvent définir leur propre existence.

3. Ensuite, montrez le clip de Bonile. Une fois terminé, posez les questions suivantes et les points clefs en vue de la discussion :

Questions pour la discussion après avoir regardé le clip de Bonile :

- D'après vous, que dit Bonile dans cette histoire ?
- Qu'avez-vous ressenti lorsqu'il a dit qu'il détestait les femmes ? D'après vous, pourquoi ressentait-il cela ? Y en a-t-il parmi vous qui ont déjà éprouvé ce genre de sentiment ? Comment l'avez-vous géré ?
- Pourquoi les personnes font-elles des commérages et jugent-elles les personnes qui vivent avec le VIH / SIDA ?
- Que pouvez-vous faire pour mettre un terme aux commérages et aux jugements ?
- D'après vous, que veut dire Bonile lorsqu'il dit qu'il est responsable à présent ?
- Où pouvez-vous vous rendre pour obtenir plus d'informations sur le VIH et le SIDA ?

Points clefs mis en évidence par Bonile dans son clip (à évoquer après la discussion) :

- Être blessé, déçu et en colère peut freiner une personne, l'empêcher d'évoluer et d'être heureuse.
- Être blessé par une personne (par exemple une petite amie) ne signifie pas pour autant que tout le monde vous fera du mal. Bonile a tiré la conclusion que les femmes étaient toutes indignes de confiance, ce qui est une généralisation très nuisible.
- Il est important que vous sachiez le plus de choses possibles sur le VIH et le SIDA, y compris comment vous en protéger. Il est tout aussi important de connaître votre état sérologique et de faire le test de dépistage si vous ne l'avez pas déjà fait. L'ignorance peut être néfaste et elle peut tuer.
- Le fait qu'une personne vive avec le VIH et le SIDA ne signifie pas pour autant qu'elle ne peut pas avoir de relations amoureuses, saines et réaliser ses rêves et ses buts dans la vie.

Clôture

Comme ces clips le montrent, beaucoup de personnes séropositives et / ou sidéennes sont confrontées aux préjugés, à la stigmatisation et à la discrimination. Ces derniers ont des conséquences négatives pour les individus, leurs familles et leurs communautés, et il est important d'y mettre un terme. Les personnes qui vivent avec le VIH / SIDA ne doivent pas être définies par le fait qu'elles sont séropositives ; il s'agit tout simplement de personnes qui vivent avec le virus. Elles peuvent définir leur propre vie et, comme tout le monde, elles aspirent à avoir des relations sentimentales saines et affectueuses, et elles sont capables de réaliser leurs rêves et d'atteindre leurs objectifs. En tant qu'individus qui vivent dans des communautés où le VIH et le SIDA sont présents, nous devons identifier des modes de soutien des personnes qui vivent avec le VIH / SIDA et aider à réduire les préjugés et la discrimination.

7.3 Les hommes qui vivent de façon positive

Objectif

1. Comprendre les défis auxquels les hommes qui vivent avec le VIH sont confrontés et identifier des manières de les soutenir.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ; **Ressources** : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Ruban adhésif
- Fiche de ressources 24 : [Instructions sur la manière de gérer la révélation de la séropositivité](#)

Préparation

Cette activité peut s'avérer difficile pour certains participants dont le test a révélé qu'ils sont séropositifs ou qui peuvent connaître quelqu'un dont c'est le cas. Assurez-vous de suivre l'étape 1 pour présenter l'activité aux participants. Il serait également utile de rappeler aux membres du groupe l'importance des instructions de base. Cela les aidera à se sentir plus à l'aise pour parler ouvertement de leurs expériences et de leurs sentiments.

Durant cette activité, certains participants peuvent révéler qu'ils sont séropositifs. Reportez-vous à la Fiche de ressources 24 : [Instructions sur la manière de gérer la révélation de la séropositivité](#) pour vous préparer à une telle éventualité. Avant l'activité, assurez-vous d'identifier une liste des ressources (locales et nationales) qui peuvent aider les hommes à vivre normalement avec le VIH / SIDA. Ces ressources doivent inclure des organisations, des supports écrits, des supports audio / vidéo et des formations.

Étapes

1. Commencez par dire que la discussion de la séropositivité en atelier est délicate. Expliquez qu'il se peut que des participants à cet atelier soient séropositifs ou aient des amis et / ou membres de leurs familles qui sont séropositifs. Expliquez que cette activité peut causer des contrariétés pour un certain nombre de raisons. Rappelez aux participants que vous voulez qu'ils prennent soins d'eux-mêmes et que ce n'est pas un problème s'ils ne participent à cette activité.
2. Dites aux participants d'imaginer qu'un ami vient de leur apprendre qu'il est séropositif. Demandez-leur de noter certaines des choses qu'ils diraient à cet ami pour l'aider à vivre normalement.
3. Divisez les participants en groupes de deux qui évoqueront chacun leur tour les conseils qu'ils donneraient à un ami séropositif. Chaque personne doit parler durant cinq minutes maximum. Expliquez qu'après cinq minutes, vous allez taper dans vos mains – un signal qui leur fera savoir qu'ils doivent échanger leurs rôles et que l'autre personne doit parler.

4. Lorsque chaque groupe à terminé, rassemblez les participants. Engagez une discussion en posant les questions suivantes :
 - Qu'est-ce que mener une vie positive signifie pour vous ?
 - Quel est le meilleur conseil que vous ayez à donner à votre ami pour mener une vie positive ?
 - Pourquoi est-ce plus difficile pour les hommes de demander des conseils et d'obtenir du soutien ?
 - Qu'est-ce qui pourrait faciliter les choses pour aider les hommes à demander des conseils et obtenir du soutien ?

5. Répartissez les participants dans cinq groupes. Demandez à chaque groupe de choisir un des cinq domaines suivants :

Vie de famille ; amis ; travail ; divertissements / sports ; sexualité

Demandez aux groupes de discuter des défis auxquels les hommes qui vivent normalement avec le VIH / SIDA font face dans ce domaine. Demandez-leur d'identifier des manières de soutenir des hommes de façon à ce qu'ils puissent vivre de façon plus positive dans ce domaine.

6. Accordez 20 minutes pour ce travail de groupe. Ensuite rassemblez tout le monde. Donnez-leur cinq minutes pour rendre compte de leur discussion et répondre aux questions des autres participants.

Terminez l'activité en leur présentant une liste de ressources (locales et nationales) qui peuvent aider les hommes à vivre normalement avec le VIH / SIDA. Il peut s'agir d'organisations, de supports écrits, de supports audio / vidéos et de formations.

Clôture

Les règles liées au genre ne facilitent pas la tâche des hommes qui vivent avec le VIH et le SIDA pour demander des conseils et du soutien, étant donné que cela peut être perçu comme un signe de faiblesse. Cela peut aller des questions pratiques (telles que la perte d'un emploi) à des questions profondément émotionnelles (avoir des idées suicidaires). Il peut y avoir des crises à court terme ou des maladies à long terme. Les hommes ont plus de mal à faire face dans des domaines qui sont plus liés à leur identité en tant qu'hommes, tels que la sexualité. Par conséquent, la sexualité doit être un des domaines les plus complexes auxquels les hommes sont confrontés. Les hommes peuvent utiliser diverses ressources pour vivre plus normalement avec le VIH et le SIDA. Ces ressources doivent inclure des groupes d'entraide, des services axés sur les hommes, et des exemples d'hommes qui vivent de façon positive et ouverte avec le VIH / SIDA.

Fiche de ressources 24 : Instructions sur la manière de gérer la révélation de la séropositivité

La croissance du nombre de personnes qui subissent le test de dépistage et apprennent qu'elles sont séropositives signifie désormais que beaucoup de participants prenant part aux ateliers d'engagement masculin savent qu'ils sont séropositifs. Par conséquent, la révélation de la séropositivité durant un atelier constitue une question beaucoup plus urgente qu'auparavant.

La stigmatisation et la discrimination à l'égard des personnes qui vivent avec le VIH / SIDA demeurent des problèmes majeurs dans de nombreuses régions du monde. Les coûts de la révélation de la séropositivité restent très élevés. Des personnes qui vivent avec le VIH / SIDA ont perdu leurs emplois, voire la protection de leurs familles lorsque leur état sérologique a été révélé. D'autres ont été tuées après avoir révélé leur séropositivité.

De nombreux problèmes de nature émotionnelle et pratique sont susceptibles de se soulever lors d'ateliers pour l'engagement masculin à la suite de la révélation de la séropositivité. Les éléments suivants permettent de gérer une telle révélation.

Créer le bon environnement

La première tâche consiste à créer un environnement sain et apportant du soutien dans le cadre de l'atelier. Cela permettra aux participants qui souhaitent révéler leur séropositivité de le faire. Pour créer un tel environnement, il faut encourager explicitement la participation de personnes qui vivent avec le VIH / SIDA. Les règles de base de l'atelier jouent également un rôle important pour créer un environnement favorable, de même que les animateurs, qui doivent faire en sorte que les instructions soient suivies.

Apporter du soutien

Certains participants peuvent choisir de révéler leur séropositivité dans le but d'obtenir le soutien du groupe ou du programme. Plusieurs personnes qui vivent avec le VIH / SIDA se sentent très isolées, elles ont peur de révéler leur séropositivité aux personnes qui leurs sont les plus proches, de peur d'être rejetées. La révélation de leur condition est une manière de mettre un terme à leur isolement et de raconter leur histoire. Il se peut qu'il n'y ait pas assez de temps dans un atelier chargé pour que les participants puissent en dire beaucoup sur leur expérience avec le VIH / SIDA. Mais il est important de les encourager à raconter de brèves histoires personnelles et offrir la possibilité d'avoir du temps supplémentaire après l'atelier.

Gérer la crise

Certains participants peuvent révéler leur séropositivité car ils vivent une crise et ont besoin d'une aide urgente. Dans cette situation, les animateurs doivent évaluer le degré d'urgence de l'aide requise et où les participants peuvent l'obtenir. Comme noté précédemment, il est vraiment important que les animateurs d'ateliers sur l'engagement masculin sachent quels services de soutien sont disponibles dans la région. Il se peut que les animateurs doivent gérer la crise durant une pause, voire durant l'atelier pour les cas les plus graves. Il faudra pour cela, évaluer la situation des participants, faire une recommandation ou même accompagner les participants directement au service.

Révélation de sa propre séropositivité

Certains animateurs peuvent révéler qu'ils sont séropositifs. Ils devront décider à l'avance du moment où le faire pour que cela contribue aux objectifs d'apprentissage de l'atelier.

7.4 Arbre des problèmes sur la stigmatisation / les préjugés

Objectif

1. Identifier certaines des causes de la stigmatisation, ses différentes formes et la manière dont il affecte les gens.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Préparation

Sur un tableau à feuilles, dessinez un arbre avec des racines, un tronc et des branches / feuilles. Écrivez « causes » juste à côté des racines, « formes » à côté du tronc, et « effets » à côté des branches / feuilles.

Notes de l'animateur

Ci-dessous, figure une liste des éventuelles causes, formes et effets de la stigmatisation :

Effets ou conséquences

Honte. Dénier. Isolement. Solitude. Perte d'espoir. Culpabilisation. Apitoiement. Haine de soi. Dépression. Alcoolisme. Colère. Violence. Suicide. Mourir seul sans amour. Se sentir inutile. Conflit familial. Querelles au sein de la famille par rapport à la personne responsable et qui prendra soin des personnes malades qui vivent avec le VIH / SIDA. Divorce. Se faire évincer de la famille. Se faire licencier. Abandonner l'école. Les orphelins du SIDA et les enfants de la rue. Abus ou mauvais traitement par la famille. Privés de soins médicaux (le personnel médical soutient que c'est un « gaspillage de ressources »). Cesser d'avoir recours aux dispensaires, aux programmes d'assistance et de tests volontaires, et aux programmes de soins à domicile et de soutien. Hésitation à prendre des médicaments. Manque de traitement. Propagation de l'infection.

Formes de stigmatisation

Insulter. Montrer du doigt. Classer. Culpabiliser. Humilier. Juger. Répandre des rumeurs. Commérages. Négliger. Rejeter. Isoler. Séparer. Ne pas partager des ustensiles. Cacher. Fixer de loin. Violence physique. Abus. S'auto-accabler (se culpabiliser et s'isoler soi-même). Stigmatisation par association (famille ou amis également touchés par les préjugés). Stigmatisation en raison de l'apparence.

Causes

Moralité (le point de vue selon lequel les personnes qui vivent avec le SIDA / VIH ont commis des péchés et ont des mœurs légères). Les croyances religieuses. La peur d'être infectés, de l'inconnu ou de la mort. L'ignorance qui fait craindre des contacts physiques avec les personnes atteintes du VIH / SIDA. Le genre (les femmes sont plus souvent victimes de l'opprobre que les hommes). La pression des pairs. Les exagérations perpétrées par les médias.

Étapes

1. Créez cinq groupes. Demandez-leur de dessiner un arbre similaire à celui que vous avez dessiné sur le tableau à feuilles.
2. Demandez-leur de réfléchir aux questions suivantes :
 - Pourquoi les gens ont-ils tendance à stigmatiser les autres (p. ex. : par manque de connaissances) ? Représentez leurs réponses comme étant les racines de l'arbre (les causes de la stigmatisation).
 - Que font les gens lorsqu'ils stigmatisent autrui (p. ex. : ils les insultent) ? Représentez leurs réponses comme étant le tronc (les formes de stigmatisation).
 - Comment ces actions affectent-elles la personne qui subit la stigmatisation (p. ex. : l'isolement) ? Représentez leurs réponses comme étant les branches / feuilles.
3. Une fois qu'ils auront terminé l'activité, dites-leurs de présenter leurs arbres. Vérifiez les Notes de l'animateur au cas où il existerait une cause, une forme ou un effet qui n'a pas été mentionné.
4. Concluez en posant les questions suivantes :
 - Pensez-vous que nos efforts de réduction de la stigmatisation sont axés davantage sur la réparation des causes, des formes ou des effets ? Pourquoi ?
 - Comment peut-on faire face aux causes de la stigmatisation liée au VIH, et par conséquent contribuer à la limiter ?

Clôture

La stigmatisation liée au VIH est un facteur majeur qui empêche les personnes de chercher à savoir si elles sont séropositives ou non. La stigmatisation est causée par différents facteurs, y compris le manque de connaissances, la peur de mourir, la honte / la culpabilité associée à une maladie sexuellement transmissible et le jugement moral vis-à-vis des autres. La stigmatisation a des effets importants qui peuvent compromettre la vie d'une personne séropositive. Cependant l'éducation et la révélation de la séropositivité contribuent à limiter ce fléau.

7.5 Jeux de rôle sur la révélation de la séropositivité

Objectifs

1. Pratiquer l'offre de soutien aux pairs qui révèlent leur séropositivité.
2. Comprendre les avantages éventuels de révéler sa séropositivité à un pair.
3. Développer de l'empathie pour qui quelqu'un qui révèle sa séropositivité.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Étapes

1. Expliquez que cette activité permettra aux participants d'explorer le processus de révélation de la séropositivité et de comprendre les avantages et les défis que cela suppose. Expliquez qu'au cours de cette activité, on partira du principe que tout le monde est séropositif. En réalité, il est possible qu'on ne connaisse pas la situation d'une autre personne. Chacun a le droit de ne pas révéler cette information confidentielle. Cependant, cette activité nous permettra d'être plus à l'aise pour parler ouvertement de sa séropositivité.
2. Demandez aux participants de former des groupes de trois.
3. Expliquez que lors de cette activité, tout le monde aura l'occasion de jouer le rôle d'une personne séropositive qui révèle sa condition.
4. Expliquez que pour le premier jeu de rôle, un membre du groupe révélera sa séropositivité à un autre membre qui joue le rôle de l'**ami/e proche**. La troisième personne devra observer.
5. Après cinq minutes, demandez à un nouveau membre de jouer le rôle de la personne qui révèle sa séropositivité, mais cette fois-ci, à **un membre de sa famille**. La troisième personne observera.
6. Après cinq minutes, demandez au troisième membre du groupe de jouer le rôle de la personne qui révèle sa séropositivité, cette fois-ci à son / sa **partenaire**. La troisième personne observera.
7. Après les jeux de rôle, rassemblez les participants pour discuter des questions suivantes :
 - Comment était l'activité pour vous ?
 - Quel effet cela vous-a-t-il fait de révéler votre séropositivité ? Qu'avez-vous ressenti ? Pensez-vous qu'il est plus facile de révéler sa séropositivité à certains plutôt que d'autres ? Pourquoi ?
 - Quel effet cela vous-a-t-il fait de voir quelqu'un vous révéler sa séropositivité ? Comment avez-vous réagi ?
 - Si vous étiez dans cette situation, révéleriez-vous votre séropositivité ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

- Quels sont les avantages et les désavantages de la révélation de sa séropositivité ?
 - Quelles stratégies peut-on utiliser pour révéler sa séropositivité à quelqu'un ?
 - Quelles sont les choses importantes à prendre en considération lorsqu'une personne vous révèle sa séropositivité ?
 - Comment peut-on encourager les personnes à faire le test de dépistage du SIDA ?
 - Qu'avez-vous appris grâce à cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait être appliqué à votre propre vie et à vos relations ? Allez-vous changer certaines choses en raison de cette activité ?
8. Après avoir posé les questions, expliquez qu'il s'agissait seulement d'un exercice et que cela ne reflète pas l'état sérologique véritable des participants. Les participants doivent être encouragés à se dissocier du rôle joué dans cet exercice. Lors de la conclusion, assurez-vous de couvrir tous les points suivants.

Clôture

La connaissance de votre état sérologique est un élément essentiel pour vous protéger et protéger vos partenaires. Lorsque vous connaissez votre état sérologique, vous pouvez le révéler à vos partenaires et prendre les mesures de protection nécessaires contre l'infection. Si vous-même ou votre partenaire êtes séropositifs, vous pouvez vous protéger contre une nouvelle infection. Il est important de savoir où vous pouvez faire le test de dépistage dans votre communauté et de communiquer cette information aux autres.

7.6 Dresser une liste des services existants pour les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA

Objectif

1. Identifier les services publics existants pour les personnes qui vivent avec le VIH / SIDA et dresser une liste des services VIH au niveau local.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

30 à 45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Papier
- Stylos

Étapes

1. Demandez au groupe de faire un brainstorming sur tous les services locaux qui apportent des soins et de soutien aux personnes qui vivent avec le VIH. La liste de ressources suivante peut s'avérer utile pour les participants :
 - Dispensaires / hôpitaux gouvernementaux spécialisés dans le VIH
 - Centre sanitaire d'ONG offrant des soins pour le VIH
 - Clinique privée pour les soins VIH
 - Médecin privé traitant le VIH
 - Autre structure gouvernementale s'occupant des personnes qui vivent avec le VIH / SIDA
 - Structures d'ONG s'occupant des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA
 - Clinique privée s'occupant des personnes qui vivent avec le VIH / SIDA
 - ONG aidant les orphelins et les enfants vulnérables
 - Pharmacies offrant des traitements antirétroviraux
 - Services de laboratoire (par exemple, quantification des CD4, charge virale)
 - Centres de traitement de la tuberculose et de thérapie d'observation directe
 - Centre de traitement par antirétroviraux
 - Pédiatre spécialisé dans le traitement du VIH
 - Centres de conseils et dépistage volontaire du VIH
 - Centre de prévention de la transmission parent-enfant
 - Centres de soutien nutritionnel
 - Institutions éducatives offrant des services aux enfants infectés / affectés par le VIH

- Maisons de soins pour les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA
 - Centres de désintoxication et de traitement de la dépendance
 - Services légaux pour les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA
 - Permanences
 - Autres
2. Ajoutez tout élément qui a été négligé à la liste des participants. Attribuez une pastille de couleur / un numéro à chaque type de service.
 3. Les participants dessineront ensuite une carte des services dans leurs communautés respectives. Demandez-leur de dessiner une carte de leur communauté et d'indiquer les noms de rues, les pâtés de maison, etc. Dessinez un exemple de carte en donnant ces instructions. La carte ne doit pas être parfaite. En fonction de ce que vous savez des services disponibles dans leurs régions, demandez-leur de placer des pastilles de couleur / numéros pour chaque type de service (à partir des pastilles / numéros attribués à la fin de l'étape 1) sur les services dispensés dans leur district. Par exemple, écrivez « 12 » à côté de la ville où des centres de traitements antirétroviraux sont localisés. Répétez le même processus pour tous les types de services disponibles dans leur région.
 4. Les participants doivent être encouragés à refaire cet exercice avec des participants du district voisin, étant donné qu'il est possible qu'ils aient à recommander des services situés dans d'autres districts.
 5. Lancez une discussion en posant les questions suivantes. Dites aux participants que même si ces questions portent essentiellement sur les traitements antirétroviraux, vous pouvez les utiliser pour évoquer tout autre type de service destiné aux personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA :
 - Où sont dispensés les services de traitement antirétroviraux localement ?
 - Combien cela coûte-t-il de se déplacer pour obtenir ces services ?
 - Quel est le processus à suivre pour accéder à ces services ? Faut-il s'inscrire ? Combien de temps faut-il attendre ?
 - Quels sont les critères à respecter pour bénéficier d'un traitement antirétroviral ? Par exemple, si j'ai récemment été informé de ma séropositivité, et mon taux de CD4 est 150, quelles sont mes chances de bénéficier d'un traitement antirétroviral dans ces centres ?
 - Devrais-je payer ce traitement ? Si oui, que dois-je faire si je n'ai pas de ressources financières ?
 - Comment ces services sont-ils liés les uns aux autres ?
 - Comment puis-je contacter ces services ? Qui sont les personnes à contacter ?
 - Étant donné que la demande est supérieure à l'offre, comment les programmes déterminent-ils qui a accès aux traitements antirétroviraux en premier ?
 6. Terminez la session en expliquant que les participants peuvent utiliser l'exercice qu'ils viennent de faire comme liste de référence sur leur lieu de travail et comme modèle d'exercice similaire pour leur propre quartier.

Clôture

Il y a à présent beaucoup de services locaux qui assistent les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA. Si vous ne savez pas comment y accéder, demandez à un représentant du gouvernement local, aux professionnels de la santé et / ou à des représentants d'ONG ou d'organisations communautaires, qui peuvent vous orienter vers les services disponibles.

7.7 Les faits : explication des antirétroviraux par quelqu'un qui en prend

Objectif

1. Comprendre les concepts de base au sujet des antirétroviraux.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : faibles

Durée

60 minutes

Préparation

Cette session suppose l'invitation d'un/e intervenant/e. Vous devrez trouver une personne qui vit avec le VIH et qui prend un traitement antirétroviral. Si vous ne connaissez personne, demandez à un centre de traitement antirétroviral local de suggérer quelqu'un. Les photocopiés distribués lors de cette session couvrent de nombreuses questions importantes, et il peut être judicieux de les donner à l'intervenant/e quelques jours auparavant, pendant qu'il / elle prépare la session. Le jour de la session, assurez-vous de confirmer que l'intervenant/e vient et sait où aller.

Notes de l'animateur

Cette session peut avoir un impact très fort, avec la bonne personne. Néanmoins, il est important que l'intervenant/e soit une personne formée / animateur (trice) et pas seulement une personne qui vit avec le VIH / SIDA et souhaite s'exprimer. Il y a diverses questions liées à la confidentialité et à la révélation d'informations personnelles qui peuvent s'avérer assez complexes pour certaines personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA.

Étapes

1. Assurez-vous que l'invité/e arrive à l'heure.
2. Après la présentation, accordez 30 minutes à l'invité/e pour raconter son expérience avec le VIH et le SIDA en se concentrant sur son traitement antirétroviral. L'invité/e doit traiter des questions telles que l'accès, la posologie, les effets secondaires et l'orientation vers d'autres services.
3. Une fois que l'intervenant/e a terminé, lancez un débat et demandez aux participants de poser des questions.
4. Terminez cette activité en remerciant l'intervenant/e.

Clôture

A travers le monde entier, les traitements antirétroviraux sont de plus en plus accessibles, et un nombre croissant de personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA en prennent. Cependant, il y a beaucoup d'idées reçues et de mythes par rapport aux antirétroviraux, ce qui fait que certaines personnes refusent d'en prendre. Il est important que tout le monde ait des informations exhaustives concernant les antirétroviraux, quand les prendre et à quelle fréquence, leurs effets secondaires, et où se rendre en cas de besoin. Même si vous n'êtes pas séropositifs et sidéens, le fait de disposer d'informations sur les antirétroviraux pourrait vous aider à soutenir des membres de votre famille, des amis et d'autres personnes dans votre communauté qui vivent avec le VIH et le SIDA.

7.8 Les faits : comprendre les antirétroviraux

Objectifs

1. Comprendre la manière dont les traitements antirétroviraux retardent la progression du VIH.
2. Envisager les avantages et inconvénients des antirétroviraux.
3. Comprendre les implications du traitement antirétroviral pour combattre l'épidémie du VIH et du SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 23 : Thérapie antirétrovirale pour l'ensemble des participants
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 24 : Caractéristiques des antirétroviraux pour l'ensemble des participants
- Tableau à feuilles sur les avantages / tableau à feuilles sur les inconvénients (voir ci-dessous)

Étapes

1. Expliquez que le groupe va parler davantage de la manière dont les personnes séropositives peuvent rester en bonne santé. Demandez au groupe de faire un brainstorming sur une liste de comportements qui aidera les personnes séropositives à vivre plus longtemps (par exemple, manger correctement, prendre des antirétroviraux lorsque cela est nécessaire, limiter le stress, réduire la prise d'alcool, arrêter de fumer).
2. Examinez la liste et entourez les commentaires qui font référence aux antirétroviraux. Dites aux participants qu'ils vont parler davantage des antirétroviraux durant cette session. Avant de commencer, insistez sur les points suivants :
 - Les personnes séropositives peuvent faire beaucoup de choses, à la fois avant et après le début de leur traitement antirétroviral.
 - Les comportements sains tels que suivre un bon régime alimentaire, faire de l'exercice, se reposer suffisamment et s'abstenir de drogues / de tabac / d'alcool sont des habitudes importantes à adopter avant de commencer un traitement antirétroviral et peuvent retarder la nécessité de prendre des médicaments antirétroviraux.
 - Le simple fait qu'une personne soit séropositive ne signifie pas pour autant qu'elle a besoin de prendre des antirétroviraux immédiatement. Néanmoins, au fil du temps, le VIH réduit la capacité d'une personne à combattre les infections. Lorsque cela arrive, une personne doit commencer à prendre des antirétroviraux durant le reste de sa vie.

3. Expliquez que vous allez aider les participants à comprendre les antirétroviraux grâce à une discussion basée sur une série de photocopiés. Distribuez les Photocopiés 23 et 24 et discutez chaque page avec les participants.
4. Après la discussion sur les photocopiés, divisez les participants en deux équipes. Expliquez que le fait de commencer un traitement antirétroviral est une décision majeure et que les groupes devront réfléchir sur les choses qu'une personne doit prendre en compte lorsqu'elle décide de prendre des antirétroviraux. Donnez une feuille de tableau à feuilles à chaque groupe. Demandez au groupe Un d'identifier les avantages d'un traitement antirétroviral. Demandez au groupe Deux d'identifier les inconvénients d'un traitement antirétroviral. Accordez-leur 10 minutes pour discuter et noter leurs réponses. Rassemblez-les et examinez les réponses. Assurez-vous que les réponses suivantes sont données :

Avantages :

- Vous pouvez vivre plus longtemps et avoir une meilleure qualité de vie.
- Vous ne serez pas malade aussi souvent qu'avant.
- Vous disposerez de plus de temps pour réaliser vos rêves et atteindre vos objectifs.
- Si vous avez des enfants, vous les verrez grandir et vivre leur vie.
- Vous aurez l'opportunité de continuer à gagner votre vie car vous serez en état de le faire.
- Vous aurez plus de temps pour faire des choses que vous aimez faire.

Inconvénients :

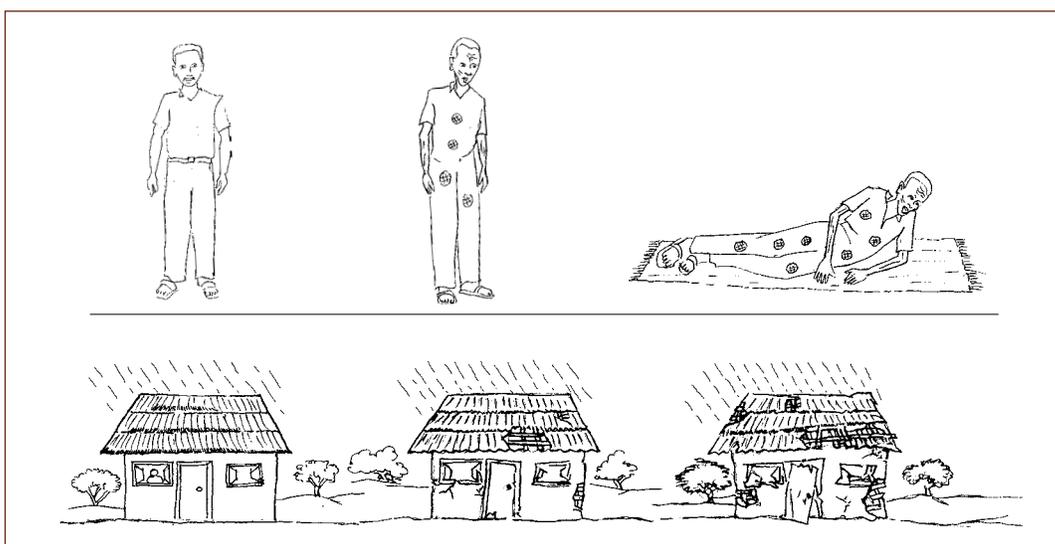
- Le traitement antirétroviral doit être pris à vie, il doit être pris chaque jour au même moment et de la même manière.
 - Au début, le traitement antirétroviral semble compliqué.
 - Parfois, vous devez adapter votre nourriture et le moment où vous la consommez, en fonction des médicaments que vous prenez.
 - Avec certains types d'antirétroviraux, vous devez prendre plusieurs cachets chaque jour.
 - Certains antirétroviraux peuvent être nocifs s'ils sont pris avec d'autres médicaments ou pendant la grossesse.
 - Les antirétroviraux peuvent avoir des effets secondaires. Certains disparaissent après quelques semaines, tandis que d'autres devront être examinés par un professionnel de la santé.
 - Si vous ne prenez pas régulièrement vos antirétroviraux, ils cesseront de fonctionner. Cela signifie que vous aurez moins d'options en matière d'antirétroviraux par la suite.
 - Il est difficile de commencer à prendre des antirétroviraux lorsqu'on a la tuberculose.
 - Seuls les régimes limités sont disponibles dans les structures gouvernementales de certaines régions.
 - On ne sait pas vraiment quand commencer les traitements antirétroviraux et si le médecin ou la personne qui le prend doit en décider.
5. Terminez la session en posant la question suivante pour la discussion :
 - Nous savons que les traitements antirétroviraux peuvent prolonger la vie d'une personne et améliorer sa qualité de vie. Quels autres avantages les antirétroviraux apportent-ils aux familles et aux communautés ?
 6. Soulevez les points figurant dans la liste de la conclusion, s'ils ne sont pas mentionnés.

Clôture

Les antirétroviraux peuvent apporter de nombreux avantages aux individus, aux familles et aux communautés. Entre autres,

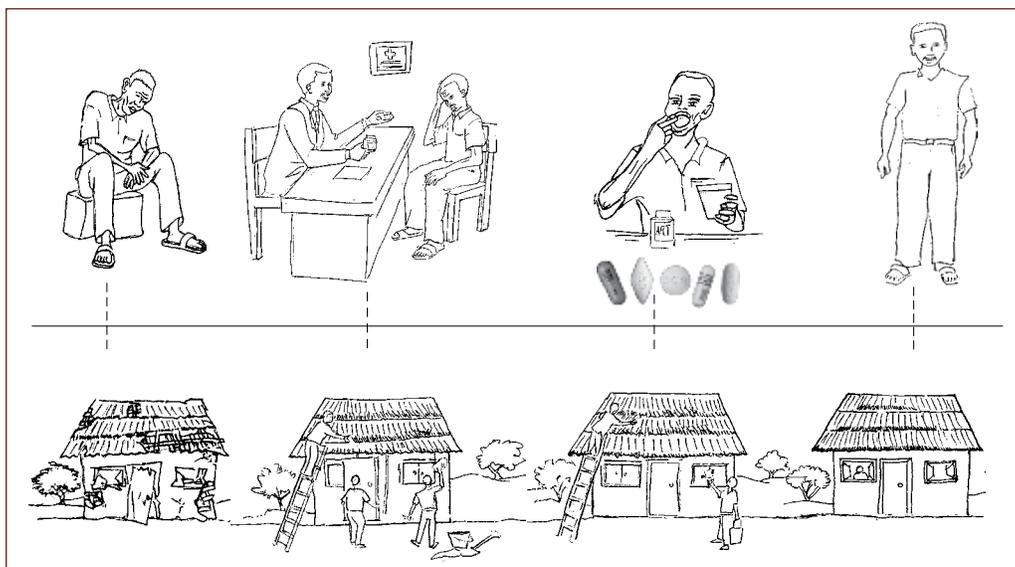
- Les foyers peuvent rester intacts.
- Le nombre d'orphelins diminue.
- La transmission mère-enfant du VIH baisse.
- Le nombre de personnes qui acceptent le test de dépistage du VIH et les conseils augmente.
- La prise de conscience s'accroît dans la communauté étant donné que plus de personnes font le test de dépistage.
- La stigmatisation du VIH diminue, étant donné qu'un traitement est désormais disponible.
- Moins d'argent est dépensé pour traiter les infections opportunistes et fournir des soins palliatifs.
- Les professionnels de la santé sont davantage motivés, étant donné qu'ils se rendent compte qu'ils peuvent faire plus pour les personnes séropositives.
- Les commerces peuvent rester intacts.

Polycopié 23 : Traitement antirétroviral⁴³

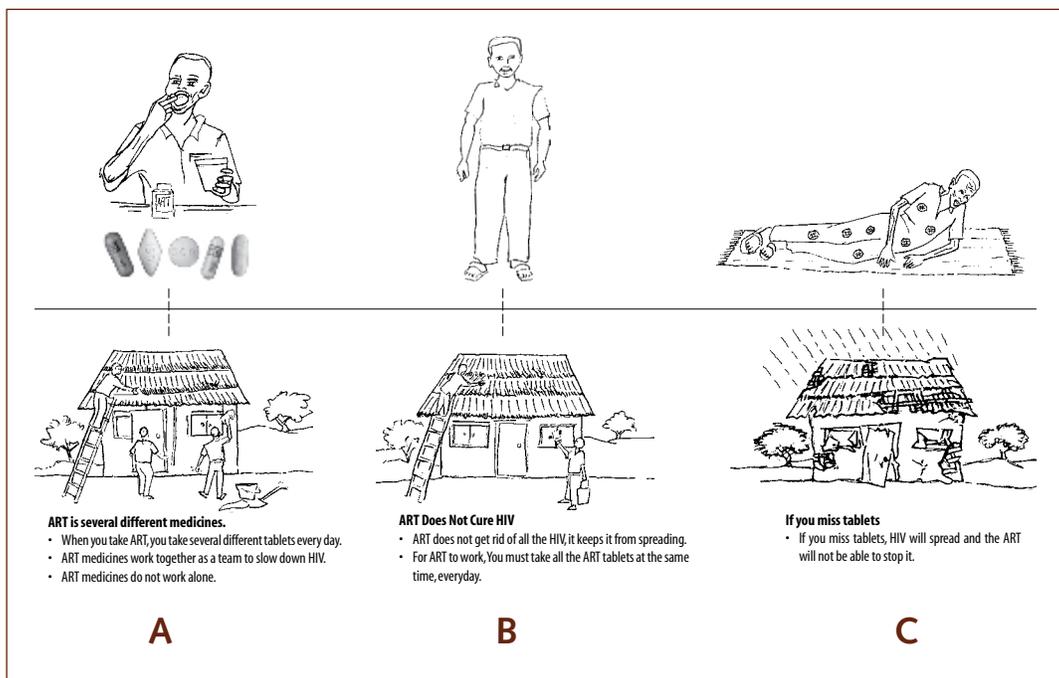


Notre corps a un système immunitaire qui nous protège contre les maladies, de la même façon qu'une maison nous protège contre la pluie et le froid. S'il n'est pas traité, le VIH s'empare du système immunitaire, ce qui rend la personne malade en raison d'infections opportunistes, comme une maison dont on ne prend pas soin.

⁴³ Source : Family Health International (FHI) : ART Basics Flip Chart.



Si une personne est séropositive, elle peut commencer à prendre des médicaments qui constituent un traitement antirétroviral. Ces médicaments limitent la quantité de VIH dans le corps. En conséquence, le système immunitaire du corps peut combattre la maladie et la personne peut de nouveau être en bonne santé. La prise d'un traitement antirétroviral est semblable à la réparation d'une maison. En fonction de divers facteurs tels que le taux de CD4, un médecin prescrit des antirétroviraux. Néanmoins, c'est un choix qui appartient aux personnes, elles seules peuvent décider si elles veulent suivre un traitement antirétroviral. Il y a de nombreux avantages ; cependant, il peut y avoir des effets secondaires. Il est important de disposer de toutes les informations.



- A. Le traitement antirétroviral repose sur différents médicaments. Une personne doit tous les prendre, tout le temps, tous les jours pour le reste de sa vie afin que le traitement soit efficace.
- B. Le traitement antirétroviral ne soigne pas le VIH. Par conséquent, le corps aura besoin de médicaments tous les jours afin de rester en bonne santé. Ne pas prendre les médicaments, ne serait-ce que pour une courte période, est un peu comme ne pas réparer une maison en mauvais état.
- C. Si une personne ne prend pas ses médicaments, le VIH se développera dans le corps et continuera à endommager le système immunitaire – et la prise d'un traitement antirétroviral à l'avenir ne pourra pas l'empêcher.

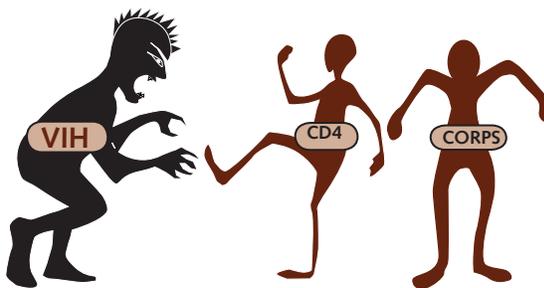
Polycopié 24 : Caractéristiques des antirétroviraux⁴⁴

COMMENT LE VIH ATTAQUE NOTRE SANTÉ

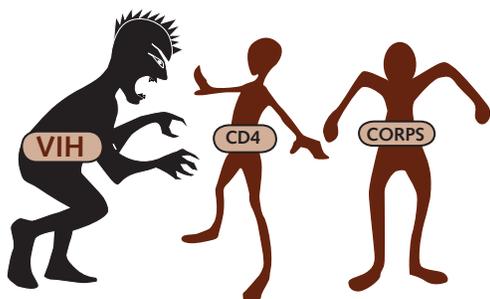
1. Les cellules CD4 sont des types de globules blancs. Ces cellules sont des amis de notre corps car elles nous protègent contre les infections et les maladies telles que la pneumonie ou la grippe.



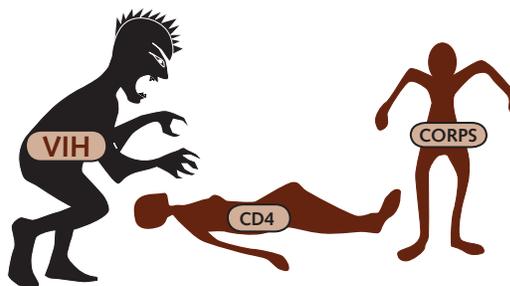
2. Lorsqu'une personne est infectée par le VIH, le virus commence à attaquer les cellules CD4.



3. Les cellules CD4 ont du mal à combattre le VIH.

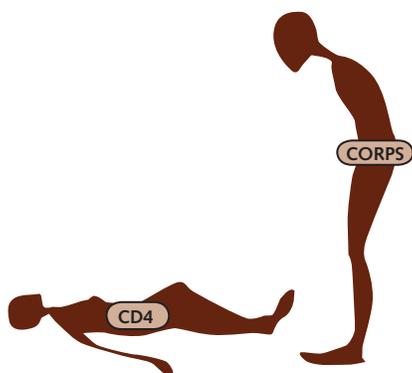


4. Le CD4 perd bientôt sa force contre le VIH.

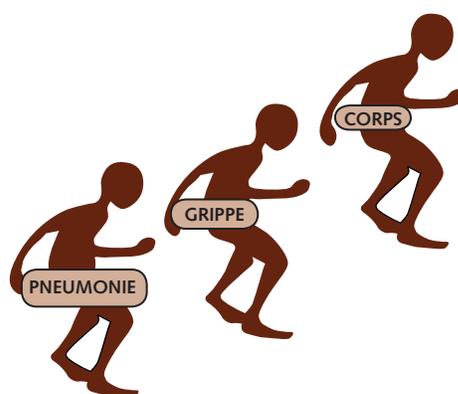


⁴⁴ Organisation Mondiale de la Santé. 2004. Chapter 2 : introduction to HIV / AIDS and opportunistic infections. In Participant Manual for the WHO Basic ART Clinical Training Course. Genève, Suisse. (Chapitre 2 : Introduction au VIH / sida et aux infections opportunistes. Dans Manuel des Participants pour le Cours de Formation Clinique de l'OMS sur le traitement antirétroviral de base).

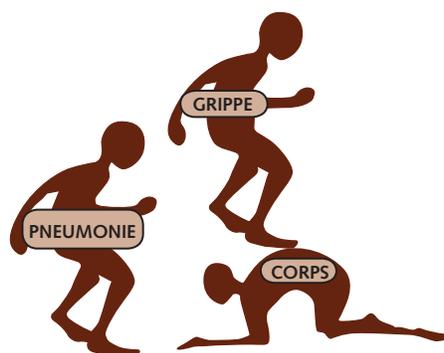
5. Les cellules CD4 perdent le combat. Le corps reste sans système de défense pour combattre l'infection et les maladies.



6. A présent, le corps est tout seul, sans système de défense. Toutes sortes de maladies comme la pneumonie ou la grippe commencent à attaquer le corps.



7. A la fin, le corps est si faible que l'infection et les maladies peuvent l'attaquer sans difficulté.



7.9 Le traitement du VIH comme droit humain

Objectifs

1. Comprendre que l'accès au traitement du VIH et du SIDA est un droit humain de base.
2. Identifier les stratégies de promotion et de protection de ce droit au traitement.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;

Ressources : moyennes

Durée

120 minutes

Supports

- Papier de tableau à feuilles
- Marqueurs

Notes de l'animateur

Les débats peuvent être très animés. Parfois les participants perdent la notion du temps durant un débat. Il y a un véritable danger de manquer de temps. Il est important que vous aidiez le groupe à respecter le temps imparti pour faire en sorte que chaque débat reçoive une attention égale.

Dans les affirmations de l'étape 1, assurez-vous de remplacer le nom du pays par le nom du pays dans lequel la formation a lieu. Vous devez vérifier que les affirmations sont applicables au pays où la formation a lieu. Vous devez également ajouter d'autres affirmations liées aux traitements applicables au pays où vous conduisez la formation.

Pour les étapes, nous avons pris la Namibie comme exemple. Utilisez le nom du pays où la formation a effectivement lieu.

Préparation

Notez les messages suivants sur du papier de tableau à feuilles (chacun sur une feuille de papier séparée) :

- La Namibie est un pays pauvre. Elle n'a pas les moyens de payer les traitements anti-VIH pour ces citoyens.
- La Namibie est toujours en train de se remettre des nombreuses années de sous-investissements dans ses structures sanitaires. Son secteur sanitaire n'est pas en mesure de fournir des traitements anti-VIH à ses citoyens.
- L'épidémie fait rage. La priorité doit être donnée à la prévention et pas au traitement.

Étapes

1. Expliquez que vous souhaitez lancer un débat sur le traitement du VIH en Namibie. Dites aux membres du groupe qu'ils vont étudier trois arguments contre le traitement du VIH. Précisez que vous aimeriez que certains participants soutiennent ces arguments et que d'autres les rejettent. Rappelez-leur que le but de cette activité est d'examiner ces questions, et non pas de permettre aux participants d'exprimer leurs propres opinions sur le traitement anti-VIH.

2. Répartissez les participants au sein de trois groupes. Remettez à chaque groupe une des trois feuilles de tableau à feuilles que vous avez préparées et demandez-leur de la lire. A présent, demandez à chaque groupe de se diviser deux : A et B. Le côté A va argumenter en faveur de l'affirmation. Le côté B va argumenter contre l'affirmation. Rappelez à chacun qu'il s'agit d'un débat sur les questions et non sur leurs opinions personnelles. Dites-leurs qu'ils disposent de 10 minutes pour préparer leurs arguments. Ensuite, le débat aura lieu devant l'ensemble des participants.
3. Lorsque le temps est écoulé, rassemblez de nouveau les participants. Lancez le premier débat. Expliquez que les petits groupes disposeront de 5 minutes pour présenter leurs arguments. Ensuite, ils auront deux minutes chacun pour répondre aux points soulevés par la partie adverse lors de la présentation de leur premier argument. Expliquez que vous allez ouvrir la discussion au reste des participants pour qu'ils puissent poser des questions durant six minutes. Le débat se terminera à ce moment-là.
4. Lancez le premier débat. Le processus doit durer 20 minutes. Ensuite, lancez le second et le troisième débats en suivant le même processus.
5. Lorsque les débats sont terminés, organisez une discussion générale en posant ces questions :
 - Quel effet cela vous-a-t-il fait d'avancer un argument avec lequel vous n'étiez pas d'accord ?
 - Quel effet cela vous-a-t-il fait d'avancer un argument avec lequel vous étiez d'accord ?
 - Quels étaient les arguments les plus solides ? Pourquoi ?
 - Pourquoi est-il si important de discuter du traitement du VIH en tant que droit et pas seulement comme un besoin ?
 - Quels sont les différents rôles que les hommes peuvent jouer pour argumenter en faveur d'un traitement comme droit humain ?
6. Utilisez ces points clefs durant la conclusion pour résumer la discussion.

Clôture

Le traitement du VIH est un droit et pas seulement un besoin. Le VIH et le SIDA détruisent les vies d'individus, de familles et de communautés. La santé est un des droits humains les plus fondamentaux, et le SIDA constitue une des plus grandes menaces pour la santé. Le traitement du VIH représente un moyen essentiel pour protéger le droit des personnes à la santé. Par conséquent, l'accès à ce type de traitement est un droit, et pas seulement un besoin. La définition du traitement en tant que droit met en évidence la responsabilité du gouvernement de fournir de tels traitements. Elle permet également de mettre l'accent sur la revendication d'un droit plutôt que de faire la preuve d'un besoin. Ce profond changement de perspective permet aux personnes défavorisées de réclamer un traitement du VIH au nom de leur humanité et pas seulement de leur situation individuelle.

Les hommes peuvent jouer plusieurs rôles pour promouvoir le droit au traitement du VIH. Les hommes séropositifs continuent de jouer un rôle important pour plaider en faveur du droit au traitement anti-VIH. Les rôles de leadership des hommes dans la communauté, sur le lieu de travail et au sein de gouvernement leurs permettent d'influencer les politiques afin d'étendre l'accès au traitement. En tant que figures de proue dans les secteurs des affaires et des médias, les hommes peuvent influencer l'opinion publique pour qu'elle soutienne le droit au traitement du VIH. Au niveau communautaire, les hommes peuvent participer aux efforts d'organisation pour exiger le droit au traitement.

7.10 Hommes, femmes et soins

Objectifs

1. Développer la prise de conscience par rapport aux divisions des tâches liées au genre pour les soins d'accompagnement.
2. Promouvoir la participation accrue des hommes dans les soins apportés aux niveaux du foyer, des relations et des communautés.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;

Ressources : élevées

Durée

90 minutes

Supports

- Deux boîtes vides (une boîte à chaussures, par exemple)
- Découpages
- Photos ou dessins de personnes, d'animaux, de plantes et d'autres choses dont les hommes et les femmes savent s'occuper
- Fiche de ressources 25 : [VIH et soins](#)
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 25 : [L'histoire de Tshepo](#) pour l'ensemble des participants

Étapes

Partie 1 – 45 minutes

1. Avant la session, les animateurs doivent préparer jusqu'à 10 images (dessinées ou découpées dans des journaux ou magazines) de bébés, de personnes âgées, de gros ou petits animaux, de plantes, de maisons, de voitures, de vêtements, de couches, d'outils de jardin et d'autres personnes / objets dont les hommes et les femmes s'occupent. Si possible, les animateurs peuvent apporter les objets eux-mêmes. Ce n'est pas un problème s'il y a plusieurs exemplaires de la même image ou du même objet. Lorsque vous travaillez avec des groupes scolaires, les chiffres peuvent être remplacés par des mots, mais l'utilisation d'images, même dans ces groupes, rend cette activité plus riche.
2. Au début de la session, présentez les deux boîtes aux participants, en expliquant qu'une des boîtes sera remise à un homme et une autre à une femme.
3. Présentez les images et objets aux participants et demandez-leur de placer ceux dont les femmes savent prendre soin ou savent mieux s'occuper que les hommes.
4. Dans la boîte de l'homme, demandez aux participants de placer les images et objets dont les hommes savent prendre soin ou savent mieux s'occuper que les femmes.
5. Après cela, sortez les images et les objets de la boîte, une par une, en les montrant au groupe.
6. Ensuite, essayez d'explorer la manière dont les hommes ont regroupé les images et objets, en posant les questions suivantes :
 - Pourquoi certains types d'images et d'objets se trouvent seulement dans la boîte de l'homme ?
 - Pourquoi certains types d'images et d'objets se trouvent seulement dans la boîte de la femme ?

- Pourquoi certains types d'images et objets apparaissent-ils dans les deux boîtes ?
 - En examinant les images et objets dans la boîte des femmes, pensez-vous qu'un homme puisse bien prendre soin de ces choses ?
 - En examinant les images et objets dans la boîte des hommes, pensez-vous qu'une femme puisse bien prendre soin de ces choses ?
7. Écrivez les mots « femme apportant des soins » et « protecteur masculin » sur le tableau à feuilles. Demandez aux participants quelles sont les différences entre « apporter des soins » et être un « protecteur ». Utilisez les informations sur la Fiche de ressources 25 pour expliquer cette différence et son impact sur les femmes.
 8. Demandez aux participants ce qu'ils savent du fardeau des soins apportés à des malades du SIDA par les femmes. Utilisez le Polycopié 25 pour traiter ce sujet. Expliquez qu'à cause de l'épidémie de SIDA, les hommes doivent partager le fardeau des soins.
 9. Expliquez que vous voulez examiner les pressions qui empêchent les hommes d'assumer davantage le rôle d'aidants familiaux. Divisez les participants en trois groupes. Demandez au premier groupe de discuter des pressions sociales qui empêchent les hommes d'assumer le rôle d'« aidant familial ». Demandez au deuxième groupe de discuter des pressions économiques qui empêchent les hommes d'assumer ce rôle. Demandez au troisième groupe de discuter des pressions psychologiques qui empêchent les hommes d'assumer ce rôle. Demandez à chaque groupe de discuter des moyens de limiter ces pressions, de manière à ce que plus d'hommes apportent des soins d'accompagnement.
 10. Donnez 20 à 30 minutes pour ce travail de groupe. Ensuite rassemblez de nouveau les groupes. Demandez-leur de faire un compte rendu chacun leur tour aux deux autres groupes. Accordez quelques minutes pour les questions à la fin de chaque compte rendu. Lorsque tout le monde a fait son rapport, lancez une discussion avec les questions suivantes :
 - Quelles pressions (sociales, économiques, psychologiques) ont l'impact le plus important sur les hommes pour les empêcher de participer aux soins d'accompagnement ?
 - De quelles opportunités les hommes disposent-ils pour participer davantage aux soins d'accompagnement ?
 - Quelles actions sont nécessaires pour soutenir les hommes afin qu'ils prennent soin des autres ?

Partie 2 – 45 minutes

1. Répartissez les participants au sein de trois groupes. Distribuez le polycopié et demandez à chaque groupe de lire et de discuter des questions par la suite.
2. Rassemblez les participants et demandez-leur de faire part des questions dont ils ont discuté en petits groupes.
3. Terminez la session en posant les questions suivantes :
 - Pensez-vous que les hommes de votre communauté sont confrontés à des défis similaires à ceux de Tshepo ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Qu'est-ce qui pourrait être fait dans votre communauté pour aider les hommes à jouer un rôle plus important pour apporter des soins aux personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA ?
4. Après avoir envisagé des regroupements spécifiques, ouvrez la discussion avec les questions figurant ci-dessous :
 - Les hommes et les femmes peuvent-ils apprendre à prendre soin des choses différemment ? Ou la manière dont on prend soin des choses est-elle inhérente à notre culture et à notre biologie ?
 - Les hommes prennent-ils soin d'eux-mêmes ? Pourquoi ou pourquoi pas ?

- Les femmes prennent-elles soin d'elles-mêmes ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- A part les enfants, de qui les hommes et les femmes prennent-ils soin (frère et sœur, grands-parents, etc.) ? Qui, en général, prend le plus soin de ces personnes, les hommes ou les femmes ? Pourquoi ?
- Y-a-t-il des hommes dans vos familles ou communautés qui prennent bien soin des autres ? Que pensent d'autres personnes de votre famille ou communauté de ces hommes ?
- Y-a-t-il des hommes dans vos familles ou communautés qui prennent bien soin des personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA ? De quelle façon ?
- Avez-vous déjà pris soin d'une personne ou d'un objet ? Qu'est-ce que les autres ont pensé de vous dans ce rôle ?
- D'après ce que vous avez entendu dans cette discussion, pourriez-vous changer quelque chose dans votre vie par rapport aux soins apportés aux autres ?

Clôture

Il est courant de confier aux femmes les soins à apporter aux personnes, aux animaux et aux plantes, de même que les tâches ménagères quotidiennes. En revanche, les hommes sont censés prendre soin des objets tels que les voitures, le travail électrique à la maison, la peinture des murs, la réparation du toit, etc. (en fonction de la culture locale). Il faut insister sur le fait que beaucoup de ces idées sont issues des comportements acquis. Par exemple, les filles sont encouragées, dès leur plus jeune âge, à jouer à la poupée, à pratiquer ce qui est censé les attendre : la vie de femme au foyer et les soins apportés aux membres de la famille. En revanche, les garçons sont généralement dissuadés de jouer à la poupée ou d'aider aux tâches ménagères. Ce manque d'engagement masculin dans les soins implique que les femmes supportent un lourd fardeau et que les hommes laissent passer beaucoup des plaisirs que donnent les soins apportés aux enfants. En pensant à la promotion de l'équité entre les hommes et les femmes dans vos communautés, il faut que vous commenciez par le foyer et que vous réfléchissiez à la manière dont vous, en tant qu'hommes, pouvez participer à plus de tâches dans votre famille et encourager d'autres hommes à faire la même chose chez eux.

Polycopié 25 : L'histoire de Tshepo

Tshepo est un homme âgé de 23 ans. Il a reçu son diplôme il y a cinq ans, et travaille maintenant dans le secteur de la construction. Tshepo vit à la maison avec sa mère, sa sœur aînée Thembi et ses trois jeunes enfants âgés de 2, 6 et 12 ans. Thembi est atteinte du SIDA et elle a subi de graves problèmes de santé au cours des dernières années. Souvent, elle est trop faible pour sortir de son lit. Le mari de Thembi est mort d'une infection liée au VIH l'année dernière. La mère de Tshepo est diabétique, et par conséquent elle a ses propres problèmes de santé. Cependant, elle continue de travailler en tant que domestique et consacre la plupart de son temps libre à prendre soin de ses trois petits-enfants. Le plus jeune enfant de Thembi, Vusi, est séropositif, et en conséquence, a besoin d'une attention particulière.

Tshepo a remarqué la pression que les maladies de Thembi et Vusi exercent sur le reste de la famille. Sa mère est si occupée qu'elle ne se repose pas suffisamment, ce qui complique sa lutte contre le diabète. Pendant ce temps, la fille aînée de Thembi a abandonné l'école afin d'aider à soutenir la famille. Tshepo s'est senti obligé de faire sa part et au début, il a essayé d'apporter son aide à la maison. Tshepo a essayé d'aider sa mère et sa nièce à prendre soin de Thembi et Vusi, mais il y a eu plusieurs difficultés. Tshepo n'a jamais appris à faire la cuisine ou le ménage, et il s'est rendu compte qu'il n'avait pas les compétences nécessaires pour le faire. Il avait honte de demander de l'aide. Lorsqu'il a essayé de laver des vêtements, sa mère s'est plainte en lui disant « les hommes sont inutiles pour ces choses-là ! » Tshepo n'a pas bénéficié du soutien de ses pairs. Ses amis se moquent de lui quand il fait la cuisine et ils sont agacés lorsqu'il ne les rejoint pas pour prendre un verre le week-end. Ils lui disent souvent « Pourquoi fais-tu du travail de femme ? C'est le travail de ta mère ! »

Questions en vue d'une discussion

- Quelles sont les difficultés auxquelles Tshepo est confronté alors qu'il essaie de jouer un rôle pour les soins et le soutien de sa famille ?
- Que pourrait faire Tshepo pour surmonter ces difficultés ?
- Comment les amis et la famille de Tshepo peuvent-ils l'aider à surmonter ces difficultés ?

Fiche de ressources 25 : VIH et soins

Les femmes portent le fardeau des soins du SIDA : Des recherches conduites dans de nombreux pays ont montré que la majorité des personnes qui apportent des soins aux sidéens sont des femmes ou des filles – dont beaucoup ont moins de 18 ans. Les filles en âge d'être scolarisées sont de plus en plus souvent retirées des écoles pour prendre soin des malades et assumer les responsabilités du foyer auparavant assurées par leurs mères. A l'autre extrémité de la vie, les femmes âgées doivent souvent prendre soin des enfants orphelins à cause du SIDA, elles subissent donc des contraintes émotionnelles et physiques en raison de tâches normalement assurées par des femmes beaucoup plus jeunes.

Le fardeau supporté par les femmes dans les régions où il n'y a pas d'accès à l'eau courante, est immense. Les recherches montrent qu'environ un individu atteint du SIDA sur six vivant à domicile ne peut pas contrôler ses intestins ou sa vessie. Les soins apportés aux sidéens en phase symptomatique requièrent 24 seaux d'eau par jour pour nettoyer la diarrhée et le vomi, préparer plusieurs bains par jour et faire la cuisine. Le fardeau est énorme pour les nombreuses femmes qui doivent marcher plusieurs kilomètres pour aller chercher de l'eau et continuer d'assurer toutes les autres tâches.

Les pressions sociales sur les hommes : Les normes strictes liées au genre selon lesquelles les « vrais hommes » ne font pas le ménage les empêchent de partager avec leurs femmes les soins à apporter aux membres de la famille atteints du SIDA. Les hommes qui essaient de partager ces tâches peuvent être ridiculisés aussi bien par les hommes que par femmes.

Les pressions économiques : Il est vrai que les hommes gagnent en général plus que les femmes pour faire le même type de travail. Ce potentiel de gain plus important signifie que pour les hommes, il est plus logique de se concentrer sur leur travail rémunéré et de laisser les tâches non payées aux femmes. Cependant, le monde du travail change. Les nouveaux emplois sont de plus en plus occupés par les femmes et le chômage des hommes augmente. Dans cette situation, il est logique que l'homme prenne le rôle de celui qui apporte des soins à la maison.

Les pressions psychologiques sur les hommes : Ces pressions viennent de la perception que les hommes ont d'eux-mêmes et de leurs attitudes par rapport à ce qu'un homme est censé faire. Ces attitudes sont fondées sur les rôles de genre évoqués plus haut. Elles représentent l'expression interne de la pression externe qui provient des idées de la société concernant les différences entre un homme et une femme.

Les actions visant à accroître le rôle des hommes dans les soins apportés aux sidéens : Il y a de nombreuses façons d'impliquer plus d'hommes dans les soins apportés aux personnes qui souffrent du SIDA. De telles actions doivent faire changer les attitudes des hommes, développer leurs compétences d'aidants familiaux, et créer un environnement avec des mesures et une opinion publique plus favorables pour les hommes en tant que « personnes qui prennent soin des autres ».

8. Paternité

8.1 Rôles de genre : division des tâches et des soins apportés aux enfants à la maison

Objectif

1. Examiner les tâches ménagères quotidiennes et les stéréotypes de genre souvent associés à ces tâches, de même que les avantages des hommes qui partagent les responsabilités au sein du foyer.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

45 à 60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Papier
- Crayons et stylos

Étapes

1. Demandez aux participants de citer des tâches ménagères classiques quotidiennes. Pour aider, demandez-leur de réfléchir sur ce qu'il faut faire dans un foyer du réveil au coucher. Dressez une liste des activités sur un tableau à feuilles, en mettant un numéro (en commençant par 1) à côté de chaque activité. La liste des activités doit inclure les suivantes :
 1. Faire la cuisine
 2. Entretien, y compris réparation d'équipements ou d'objets dans le foyer
 3. Acheter la nourriture, les vêtements et les articles ménagers
 4. Nettoyage et lessive
 5. S'occuper des enfants
 6. S'occuper des personnes âgées
 7. Sécurité
 8. Activités liées à l'école (transport, devoirs, réunions scolaires, etc.)
 9. Paiement des factures

N'hésitez pas à ajouter ces éléments à votre liste, si les participants ne les citent pas.

2. Distribuez des feuilles de papier blanc au groupe. Demandez aux participants d'examiner les activités figurant sur la liste et de dire si elles sont réalisées dans leurs propres foyers par une femme, un homme ou par les deux à parts égales. Il leur suffira d'écrire « homme », « femme » ou « les deux » à côté du numéro correspondant sur la feuille.
3. Demandez aux participants de compter le nombre d'activités que les femmes, les hommes et les deux sexes effectuent normalement. Demandez-leur de présenter leurs résultats et de noter les totaux sur une nouvelle feuille de tableau à feuilles.
4. Animez une discussion en posant les questions qui figurent ci-dessous :
 - Est-ce que la comptabilisation des activités assurées par les femmes et les hommes vous a surpris ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
 - Y-a-t-il eu beaucoup de variations entre les participants ? Pourquoi, d'après vous ?
 - Quels facteurs contribuent à ce que les hommes ne participent pas aux soins à apporter aux enfants ?
 - Pensez-vous que la division des tâches entre les hommes et les femmes à la maison est en train de changer ou pas ? Pourquoi ?
 - Comment le besoin de donner davantage de soins aux membres de la famille séropositifs a-t-il affecté la division des tâches ménagères entre les hommes et les femmes ?
 - Quels sont certains des avantages que représente l'engagement actif des hommes dans les tâches ménagères ?
 - Qu'est-ce qui peut être fait pour promouvoir une distribution plus équitable des tâches au sein du foyer ?
 - Qu'avez-vous appris grâce à cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait être appliqué à votre propre vie et à vos relations ?

Clôture

L'implication éventuelle et le mode d'implication d'un père dans les soins apportés aux enfants ne sont pas exclusivement liés à des caractéristiques biologiques, mais dépendent davantage de la question de savoir si les hommes et les femmes ont été élevés avec l'idée que les hommes peuvent également s'occuper des enfants. Bien que les filles et les femmes soient fréquemment élevées dès leur plus jeune âge pour s'occuper des enfants, les hommes peuvent également apprendre à s'occuper des enfants et à bien le faire. La remise en question des rôles de genre s'inscrit dans un processus de remise en question des inégalités de genre qui augmentent la vulnérabilité au VIH et au SIDA.

8.2 Penser à la paternité

Objectif

1. Discuter des valeurs et opinions par rapport au rôle d'un père.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Papier
- Crayons et stylos

Notes de l'animateur

Cette activité peut être difficile car elle implique la communication de beaucoup d'informations personnelles. En tant qu'animateurs, il sera important que vous parliez de choses personnelles de façon à ce que les participants se sentent à l'aise pour faire la même chose. Expliquez que tout le monde a le droit d'en dire peu ou beaucoup, c'est un choix personnel. Personne n'est contraint de révéler son histoire et de fait, tout le monde a le droit de s'abstenir. Cette activité suppose que les participants réfléchissent sur les relations avec d'autres hommes en particulier avec leurs propres pères. Cela aidera le groupe à parler de la signification de la paternité. Beaucoup d'hommes avec lesquels vous allez travailler n'ont pas été proches de leurs pères. Cela peut expliquer qu'ils aient des difficultés à être affectueux avec leurs enfants, même s'ils veulent l'être. Cependant, il ne faut pas que vous partiez du principe que tous les participants ont eu de mauvaises relations avec leurs pères. Si certains hommes commencent à exprimer beaucoup de sentiments négatifs par rapport à leurs pères ou à d'autres adultes durant l'activité, rappelez-leur qu'ils sont des survivants. Le fait qu'ils soient arrivés là est un signe de leur force et de leur résilience.

Si vous travaillez avec un groupe mixte, il sera judicieux de travailler au sein de petits groupes de personnes du même sexe. Cela aidera à rassurer les participants pour qu'ils puissent parler ouvertement de leurs expériences et de leurs sentiments. Cela vous aidera à examiner de plus près l'expérience des femmes et leurs relations avec leurs pères.

Préparation

Avant la session, écrivez les questions suivantes sur une feuille de tableau à feuilles :

Nous et nos pères

- Quel âge avez-vous ?
- Quels sont les noms et les âges de vos enfants ?
- Qui vous a élevé ?
- Combien d'enfants y-avait-il dans votre famille ?
- Comment vous décririez-vous quand vous étiez un jeune garçon ?

- Quel genre de parent était votre père ?
- Qu'avez-vous appris de votre père par rapport à la paternité ?
- Comment souhaiteriez-vous être un parent différent de votre père ?

Étapes

1. Montrez le tableau à feuilles sur « Nous et nos pères ». Demandez aux participants de prendre quelques minutes pour répondre à ces questions eux-mêmes. Expliquez-leur qu'ils peuvent prendre des notes s'ils le souhaitent.
2. Demandez aux participants de trouver deux autres partenaires pour former des groupes de trois. Expliquez que chaque personne dispose de six minutes pour discuter des réponses avec leurs deux partenaires. Demandez aux partenaires d'écouter et de ne pas interrompre. Dites aux participants que le temps devra être respecté pour que tout le monde ait le temps de parler. Expliquez que vous allez taper des mains lorsque le moment sera venu pour la personne suivante de donner ses réponses.
3. Lorsque chaque groupe de trois personnes a terminé, rassemblez tous les participants. Lancez une discussion générale en posant les questions suivantes :
 - Quels sont les défis de la paternité ? Comment ces défis peuvent-ils être affrontés ?
 - Quel est l'aspect positif de la paternité ? Quels sont les avantages de la paternité ?
 - Quels sont les avantages d'un enfant qui a un père actif dans sa vie ?
 - Quels sont les avantages d'un homme qui a de bonnes relations avec la mère de son enfant ?
 - Que doivent faire les hommes pour devenir de meilleurs pères ?
 - Y-a-t-il des modèles positifs pour les pères dans votre communauté ? Que peut-on apprendre grâce à eux ?

Clôture

Les hommes plus actifs vis-à-vis de leurs enfants disent avoir plus de satisfaction dans leurs relations avec leurs partenaires et dans leurs vies quotidiennes. Il est important de tenir compte du fait que si les garçons ont des liens avec des hommes (pères, oncles, amis de la famille, etc.) dans une situation de soins, ils auront plus de chances de voir ce rôle comme faisant partie des responsabilités des hommes. Il se peut qu'ils soient encouragés à remettre en cause l'inégalité de genre au sein de leurs foyers. En d'autres termes, une participation plus importante des hommes dans les soins apportés aux enfants peut avoir un impact dynamique sur les relations entre hommes et femmes dans la mesure où les enfants seront capables d'observer les comportements des parents et de donner un sens plus large aux concepts de masculinité et de féminité.

8.3 Vous allez être père

Objectif

1. Explorer la décision d'un homme d'assumer la paternité.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Papier
- Stylos
- Ciseaux
- Une petite boîte
- Fiche de ressources 26 : [Messages](#)

Notes de l'animateur

Il est essentiel que les animateurs écrivent les messages à la main pour rendre l'activité plus réaliste. Les messages peuvent être adaptés à différentes expériences à condition que le raisonnement et le scénario soient maintenus dans chacun des messages. Ces histoires incluent (1) des personnes dans une relation de longue date, pour lesquelles la grossesse n'est pas planifiée ; (2) un couple dont les amis communs ont une grossesse non planifiée à la suite d'une liaison sans lendemain et (3) un couple qui veut un enfant et apprend qu'il va en avoir un.

Si le groupe a des difficultés à lire, les animateurs peuvent lire les messages à haute voix.

Préparation

Avant de commencer l'activité, écrivez à la main trois messages (conformément au modèle qui figure sur la Fiche de ressources 26). Découpez, pliez et mettez les trois messages dans une petite boîte.

Étapes

1. Répartissez les participants au sein de trois groupes.
2. Donnez un message à chaque groupe.
3. Dites aux groupes de mettre en scène un jeu de rôle qui couvre au moins trois éléments : (a) le lieu où le message a été remis ; (b) qui l'a remis (c) et la réaction de la personne qui l'a reçu.
4. Chaque petit groupe doit présenter son jeu de rôle au reste du groupe.
5. Ouvrez la discussion, en explorant les similarités et les différences entre les scènes.
 - En quoi ces situations sont-elles similaires ? En quoi sont-elles différentes ?
 - Existe-t-il une différence entre la grossesse qui survient dans une relation de longue durée et une grossesse qui survient à la suite d'un rapport sexuel ponctuel ?
 - Que signifie le fait d'assumer la paternité pour un homme ? La contribution financière suffit-elle ?

- Pour être père, faut-il être marié ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Qu'avez-vous appris grâce à cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait être appliqué à votre propre vie et à vos relations ?

Clôture

Il y a divers sentiments et attentes qu'un homme peut avoir par rapport au fait de devenir père. Beaucoup de ces sentiments peuvent être influencés par les normes existantes liées au genre. Souvent, les hommes croient que la paternité repose sur les responsabilités financières. Néanmoins, la paternité signifie également prodiguer des soins – participer aux soins prénatals, changer les couches, aider à faire les devoirs, etc. Il est important de se souvenir qu'un homme peut et doit participer aux soins, même s'il n'est pas marié ou n'a pas de relation sentimentale avec la mère.

Fiche de ressources 26 :

Messages

#1

Salut, comment vas-tu ?

C'est Bette. Tu te souviens de moi ?

Nous nous sommes rencontrés il y a trois mois lors d'une fête dans un club. C'était une nuit inoubliable, même si je ne me souviens pas très bien de ce qui s'est passé. La seule chose que je sais, c'est que j'ai, ou plutôt nous avons un petit problème et que j'aimerais en parler avec toi. Mon père m'a toujours dit que seuls les idiots boivent trop. Je ne le croyais pas, mais maintenant tu vois ce qui se passe ! Je n'aurais pas dû avoir de rapports sexuels ces jours-là. J'étais en train d'ovuler. C'était bien de t'avoir rencontré. Nos corps se sont compris dès le départ. J'ai même commencé à penser que le « coup de foudre » existait vraiment. Je ne veux pas dire que je t'aime, mais ça a été un plaisir de te rencontrer et de si bien s'entendre au lit ! Mais nous aurions vraiment dû utiliser un moyen de contraception, tu ne penses pas ? Nous avons été stupides ! Et maintenant, je suis enceinte. J'ai fait les tests et il n'y a pas de doute. J'espère que tu ne penses pas que je fais pression sur toi, mais j'ai pris la liberté de t'envoyer cette lettre par l'intermédiaire de Paula. Je voudrais te rencontrer lundi pour t'en parler personnellement. Que devons-nous faire d'après toi ?

Affectueusement, Bette

#2

Salut, bébé !

Je n'ai pas eu le courage de te parler en personne, donc j'ai décidé de t'écrire cette lettre. La semaine dernière, j'ai commencé à me sentir mal, un peu malade avec le sentiment que quelque chose était en train d'arriver. Quand tu m'as accompagnée à la maison après notre fête pour célébrer nos deux ans ensemble, j'ai failli t'appeler, pensant qu'un accident ou quelque chose comme ça avait eu lieu. Je me sentais vraiment paranoïaque. Je ne sais pas ! Je me sentais bizarre de toute façon. Et bien maintenant, je sais pourquoi. Au moins, je suis soulagée. Je ne veux pas t'effrayer, mais je vais en venir au fait. J'ai fait des tests et j'ai appris que j'étais enceinte. Étant donné que mes règles sont souvent irrégulières, au début, j'ai pensé que c'était peut-être une fausse alerte donc je ne t'ai rien dit. En essayant le retrait, on était condamné à se retrouver dans cette situation. Je n'essaie pas de te culpabiliser, mais je suis un peu désorientée. Je ne sais pas quoi faire maintenant. Je suis déboussolée. Tu es la première personne à qui j'en parle et par le biais d'une lettre ! Je sais que ce n'est pas le meilleur moyen mais je ne sais pas comment te le dire de vive voix. Que devons-nous faire, d'après toi ? Je t'aime tant !

Marcia

#3

Salut Chéri,

J'espère que le voyage se passe bien. J'ai de bonnes nouvelles. Je suis allée voir le médecin. On a réussi ! Nous ne sommes plus deux. Nous sommes désormais trois. Je dois filer. A ce soir !

Affectueusement, Rita

8.4 Paternité (clips de portraits)

Objectif

1. Écouter des histoires racontées par des personnes qui vivent de façon positive avec le VIH et le SIDA.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : élevées

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- DVD MAP d'EngenderHealth avec des clips de portraits / Afrique du Sud
- Lecteur DVD et sonorisation

Notes de l'animateur

Avant d'animer cette session, assurez-vous de regarder les clips du DVD afin de vous familiariser avec eux. Examinez également les sujets de discussion et les messages clés des narrateurs. Les autres clips axés sur la paternité et la masculinité incluent ceux de Jeffrey, Lillo, Msekeli et Nkonzo.

Étapes

1. Commencez la session en expliquant que vous souhaitez montrer trois clips sur la paternité et souligner comment les activistes du programme MAP (Hommes en tant que partenaires) ont appris de leurs pères et grands-pères. Certains des clips expliquent comment ces activistes ont pu surmonter des impacts négatifs que leurs pères avaient eus sur eux. D'autres parlent de la manière dont d'autres modèles masculins positifs les ont aidé à devenir de meilleurs êtres humains.
2. Commencez par montrer le clip d'André. Une fois terminé, lancez la discussion avec les questions suivantes, et terminez avec les points clés qu'André met en évidence dans cette histoire :

Questions en vue d'une discussion après avoir vu le clip d'André :

- D'après vous, quels sont les messages transmis par l'histoire d'André ?
- Qu'avez-vous ressenti en voyant ce clip ? Quelqu'un s'est-il senti triste ? Quelqu'un a-t-il senti de la colère ?
- D'après vous, pourquoi la maman d'André a-t-elle choisi de rester avec son frère durant si longtemps, en dépit du fait qu'il boit et qu'il est violent ?
- Pourquoi avons-nous tendance à agir comme nos parents lorsque nous grandissons ?
- Quelles sont certaines des qualités d'un bon parent ?
- Si vous êtes parent, que pouvez-vous faire pour être un meilleur parent ?
- Si vous n'êtes pas parent, quelles suggestions pouvez-vous faire aux parents ?

Points clefs soulignés par André dans son clip (à communiquer après la discussion) :

- Vous avez le choix dans la vie. Vous n'êtes pas responsables des erreurs de vos parents, et vous n'êtes pas obligés de commettre les mêmes erreurs.
- Les parents peuvent également choisir de vivre leurs propres vies. Quand ils sont pris au piège dans des mariages qui ne fonctionnent pas, le divorce représente parfois la meilleure solution.
- La plupart des parents ont de bonnes qualités, ces qualités sont celles dont nous, en tant qu'enfants, bénéficions par imitation.

3. Ensuite, montrez le clip de Thoko. Une fois terminé, utilisez les questions et points clefs suivants en vue d'une discussion :

Questions en vue d'une discussion après avoir vu le clip de Thoko :

- Quels sont les messages transmis par l'histoire de Thoko ?
- Est-ce que quelqu'un a ressenti de la colère après avoir regardé le clip ? Est-ce que quelqu'un a ressenti des choses positives ?
- Pourquoi certains hommes profitent-ils de jeunes filles comme cela ? Pourquoi Thoko n'a-t-elle pas été protégée ?
- Quelles sont les qualités d'un bon père ? Pourquoi est-il si difficile pour certains hommes d'être de bons pères ?
- Que pouvez-vous faire pour être un bon père ?
- Que pouvez-vous faire pour aider les gens qui se trouvent dans la même situation que Thoko ?

Points clefs soulignés par Thoko dans son clip (à communiquer après la discussion) :

- Les hommes doivent comprendre ce que la paternité signifie et assumer la responsabilité des vies qu'ils créent. La paternité ne consiste pas seulement à apporter un soutien financier. Elle implique beaucoup d'autres choses, comme être présent et faire partie de la vie d'un enfant même en cas de séparation ou de divorce.
- Il y a beaucoup de bons modèles de pères (par exemple, le grand-père de Thoko faisait preuve d'un amour inconditionnel).
- Le viol et l'abus sexuel peuvent détruire la vie des gens, surtout lorsqu'un enfant est violé. Néanmoins, avec du soutien, les personnes qui survivent à un viol en émergent plus fortes (par exemple en devenant un activiste pour l'engagement masculin) et aident les autres à s'exprimer contre le viol et limiter son impact.
- Les hommes doivent arrêter le viol (un des thèmes majeurs de l'engagement masculin).

4. Enfin, montrez le clip de Thami, et ensuite présentez les questions et points clefs suivants :

Questions en vue de la discussion après avoir vu le clip de Thami :

- Que dit Thami dans son histoire ?
- Qu'avez-vous ressenti en regardant le clip de Thami ? Quelqu'un a-t-il ressenti de la tristesse ? Quelqu'un s'est-il senti encouragé ?
- D'après vous, pourquoi certains disent-ils que des personnes ou familles sont maudites ?
- Pourquoi est-il si difficile de parler du VIH dans sa famille ?
- Que pouvez-vous faire pour réduire les préjugés sur le VIH ?

Points clefs soulignés par Thami dans son clip (à communiquer après la discussion) :

- Beaucoup de familles font face à l'impact du VIH (par exemple, les personnes qui meurent, la perte de soutien économique, etc.) Le VIH n'est pas une malédiction ; nous pouvons tous faire des choix individuels pour éviter le VIH.
- Lorsque les personnes sont malheureuses dans leurs mariages, divorcent ou s'engagent dans des comportements sexuels malsains, il se peut qu'il y ait des implications majeures pour leurs enfants.
- Nous devons parler davantage du VIH, de la violence liée au genre et des relations sexuelles malsaines (par exemple, l'infidélité du père de Thami et les rapports sexuels non protégés de l'oncle de Thami et sa petite amie). Nous devons rompre le silence, car le silence peut entraîner la mort.
- Les jeunes n'ont pas besoin de suivre les exemples négatifs de leurs parents. Nous avons le choix de nous définir nous-mêmes et nous ne devons pas faire l'objet de stigmatisation par rapport au comportement de nos parents.
- Les jeunes peuvent faire partie d'une reconstruction sociale : en prenant le meilleur de la génération de leurs parents, et en rejetant ses aspects négatifs. Les jeunes peuvent aider à développer un esprit d'entraide entre individus. C'est là que commence le changement social.

Clôture

Les hommes doivent comprendre ce que signifie la paternité et assumer la responsabilité des vies qu'ils créent. La paternité ne consiste pas seulement à apporter un soutien financier. Elle implique également le soutien psychologique et la présence auprès de vos enfants. Même si votre père n'était pas un bon exemple, il y a beaucoup d'autres bons exemples que vous pouvez imiter. De plus, beaucoup de parents ont de bonnes qualités, et ces qualités sont celles que nous, en tant qu'enfants, devons adopter et transmettre à nos enfants. En tant qu'individus, nous pouvons faire nos propres choix positifs. Nous ne sommes pas obligés de refaire les erreurs de nos parents. Le changement social peut commencer en acceptant le bien qu'a apporté la génération de nos parents, et en rejetant leur contribution négative.

8.5 Soins familiaux

Objectif

1. Réfléchir aux concepts actuels sur la famille et mettre en évidence l'importance des différentes personnes qui prennent soin de nous au cours de nos vies.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : faibles

Durée

60 minutes

Supports

Aucun

Notes de l'animateur

Les participants seront divisés en groupes de trois, à l'exception d'une personne qui aidera à l'animation. Le nombre de trios peut varier en fonction de la taille du groupe. Cette activité peut être utilisée avec des groupes pouvant atteindre 40 participants, bien que dans de tels cas, la présence d'un/e animateur / trice supplémentaire soit recommandée. En général, cette activité est populaire parmi les jeunes, dans la mesure où elle inclut des mouvements physiques et un jeu. L'atmosphère au sein du groupe étant détendue, cette activité est donc vivement recommandée pour les situations dans lesquelles le groupe ne se réunira qu'une seule fois. Il est conseillé au début d'inclure de la musique pour lancer l'activité.

Étapes

1. Divisez les participants en groupes de trois : deux représenteront les murs d'une maison, l'un faisant face à l'autre, les mains levées, les paumes des mains jointes, pour former le toit de la maison. Le troisième sera l'occupant (qui restera debout entre les murs).
2. Une personne supplémentaire sera invitée à rester à l'extérieur. Elle n'incarnera ni les murs, ni les occupants. Dites-lui de crier « maison », « occupant » ou « maison et occupant ».
 - a. Lorsqu'elle crie **maison**, les **murs** doivent bouger et prendre position autour d'un autre occupant.
 - b. Lorsqu'elle crie **occupant**, les murs ne bougent pas et les **occupants** changent de maison.
 - c. Lorsqu'elle crie **maison et occupant**, tout le monde doit changer de place au même moment.
 - d. La personne qui crie doit courir et occuper un espace disponible. Celle qui « est exclue » doit crier un nouvel ordre et essayer d'occuper un espace, et ainsi de suite.
3. A la fin, explorez les questions suivantes avec le groupe :
 - Toutes les maisons sont-elles les mêmes ?
 - Dans quelle mesure les familles sont-elles similaires ?
 - À part vos parents, qui s'occupait de vous, d'après vos souvenirs ?
 - Dans quelle mesure les familles sont-elles similaires, et dans quelle mesure sont-elles différentes ?
 - Qu'est-ce que la famille pour vous ?
 - Qui constitue votre famille ?

- Une famille repose-t-elle seulement sur des liens de sang ?
- Comment les familles que vous connaissez sont-elles constituées ?
- Y-a-t-il un type de famille qui soit bon pour un enfant ?
- Y-a-t-il un type de famille qui soit mauvais pour un enfant ?
- Qu'avez-vous appris grâce à cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait être appliqué à votre propre vie et à vos relations ?

Clôture

Il n'existe pas un modèle unique de la famille, et bien que nos modèles culturels associent la famille aux relations entre père, enfant et mère, il y a différentes structures familiales qui peuvent apporter un développement tout aussi sain à un enfant. En principe, il n'y a pas de modèles de famille meilleurs que d'autres – ils sont simplement différents les uns des autres.

9. Violence

9.1 Qu'est-ce que la violence ?

Objectif

1. Identifier les différents types de violence qui peuvent survenir dans les relations intimes et les communautés.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Fiche de ressources 27 : [Cas d'étude sur la violence](#) et Fiche de ressources 28 : [Qu'est-ce que la violence fondée sur le genre ?](#)

Notes de l'animateur

Avant de commencer les sessions consacrées à la violence, il est important de faire des recherches sur les informations locales pertinentes à ce sujet, y compris la législation existante et les soutiens sociaux pour ceux qui infligent et / ou souffrent de la violence. Il est également important de se préparer à orienter des participants vers les services adaptés s'ils révèlent qu'ils sont victimes de violence ou d'abus.

Pendant la discussion, les animateurs peuvent aider le groupe en :

- Expliquant qu'il ne s'agit pas d'un groupe de soutien mais que vous pouvez leur parler après pour leur donner des informations sur les services de soutien que vous connaissez.
- Étant attentifs aux réactions des personnes et au langage corporel et en rappelant au groupe l'importance de prendre soin de soi (par exemple, il est normal de prendre une pause).
- Expliquant qu'il est difficile d'assurer la confidentialité et que les participants qui veulent parler de leur propre expérience, mais ne souhaitent pas que les autres en dehors du groupe soient au courant, peuvent choisir de parler de la violence que «des gens comme eux » subissent.
- Défiant les participants qui essaient de nier ou de réduire l'importance de la violence, en particulier la violence contre les femmes et les enfants.

Les études de cas figurant dans la Fiche de ressources 27 décrivent des exemples de violence, y compris le recours des hommes à la violence physique, sexuelle et émotionnelle contre les femmes dans les relations intimes (études de cas n° 1, 2 et 3) ; le recours à la violence physique des hommes contre les femmes en dehors d'une relation intime (étude de cas n° 3) ; la violence physique entre les hommes (étude de cas n° 4) et la violence communautaire ou institutionnelle contre les individus et les groupes (étude de cas n° 5). Si nécessaire, vous pouvez adapter ces études de cas ou en créer de nouveaux pour évoquer

d'autres types de violence qui surviennent également dans le cadre de relations intimes, de familles ou de communautés.

Étapes

Partie 1 – Qu'est-ce que la violence signifie pour nous ? (30 minutes)

1. Demandez au groupe de s'asseoir en cercle et de réfléchir silencieusement pendant quelques moments par rapport à la signification de la violence pour eux.
2. En utilisant le bâton de parole, invitez chaque participant à dire au groupe ce que la violence signifie pour eux. Écrivez les réponses sur du papier de tableau à feuilles.
3. Discutez certains des points communs dans leurs réponses, de même que les points les plus singuliers. Examinez les définitions de la violence qui figurent ci-dessous et dites aux participants qu'il n'existe pas une définition unique de la violence et que durant la seconde partie de l'exercice, vous lirez une série d'études de cas pour les aider à penser à différents types de violence et à leurs significations.

Violence physique : Usage de la force physique en frappant, giflant ou poussant.

Violence émotionnelle / psychologique : Souvent la forme de violence la plus difficile à identifier. Elle peut inclure l'humiliation, la menace, les insultes, la pression et l'expression de la jalousie ou la possessivité (par exemple, en contrôlant les décisions et les activités d'autrui).

La violence sexuelle : Faire pression sur une personne ou la forcer à effectuer des actes sexuels (allant des baisers aux rapports sexuels) contre leur volonté, ou faire des commentaires à caractère sexuel qui font qu'une personne se sent humiliée ou mal à l'aise. Peu importe s'il y a eu un comportement sexuel consenti auparavant.

Partie 2 – Discussion des différents types de violence (une heure)

1. Lisez les études de cas sur la violence et, après chacune, posez les questions suivantes en utilisant le bâton de parole.
 - Quels types de violence surviennent le plus souvent dans les relations intimes entre hommes et femmes ? Qu'est-ce qui cause cette violence ? (Les exemples peuvent inclure la violence physique, émotionnelle et / ou sexuelle auxquelles les hommes ont recours contre les petites amies ou épouses, de même que la violence perpétrée par les femmes contre leurs petits amis ou époux.)
 - Quels types de violence surviennent le plus souvent au sein des familles ? Qu'est-ce qui cause cette violence ? (Les exemples peuvent inclure la violence physique, émotionnelle et / ou sexuelle auxquelles les parents ont recours contre les enfants ou d'autres types de violence entre les membres de la famille.)
 - Quels types de violence surviennent le plus souvent en dehors des relations sentimentales et familiales ? Qu'est-ce qui cause cette violence ? (Les exemples peuvent inclure la violence physique entre hommes, la violence liée aux gangs ou à la guerre, le viol par un inconnu et la violence émotionnelle ou la stigmatisation de certains individus ou groupes dans la communauté.)
 - Certains actes de violence sont-ils liés au sexe d'une personne ? Quel est le type de violence le plus souvent pratiqué contre les femmes ? (Voir Fiche de ressources 28 : Qu'est-ce que la violence fondée sur le genre ?) Contre les hommes ?
 - Les hommes sont-ils les seuls à être violents ? Quel est le type de violence le plus couramment utilisé par les hommes ? Quel est le type de violence le plus couramment utilisé par les femmes ?
 - Les hommes ou les femmes « méritent-ils » jamais d'être frappés ou de souffrir de la violence ?

- Quelles sont les conséquences de la violence sur les individus ? Sur les relations ? Sur les communautés ?
- Quelles sont les conséquences de la violence en rapport avec l'utilisation du préservatif ? En rapport avec la transmission du VIH ?
- Qu'est-ce que vous ou d'autres hommes pouvez faire pour faire cesser la violence dans votre communauté ?

Clôture

La violence peut être définie comme le recours à la force (ou la menace du recours à la force) par un individu contre un autre. La violence est souvent utilisée comme un moyen de contrôler une autre personne, pour avoir du pouvoir sur elle. Elle se produit dans le monde entier et est souvent causée par la manière dont les individus, surtout les hommes, sont élevés pour gérer la colère et le conflit. On part souvent du principe que la violence est « naturelle » ou que c'est un élément inhérent à la masculinité. Cependant, la violence est un comportement acquis qui peut être désappris et prévenu. Comme évoqué dans d'autres sessions, les hommes sont formés de telle sorte qu'ils répriment leurs émotions, et la colère est souvent une des manières rarement acceptables dont les hommes expriment leurs sentiments. De plus, les hommes sont souvent élevés de telle sorte qu'ils croient avoir le « droit » d'attendre certaines choses des femmes (tâches domestiques ou rapports sexuels, par exemple), et le droit d'utiliser les abus physiques ou verbaux si les femmes refusent de céder. Les hommes peuvent également avoir recours à la violence pour faire valoir leurs points de vue ou décisions, ce qui rend la communication parmi les partenaires sur l'utilisation des préservatifs, les rapports sexuels, et le VIH quasiment impossible. Il est important de réfléchir à la manière dont ces rôles rigides liés au genre concernant la façon dont les hommes doivent exprimer leurs émotions et leurs modes d'interaction avec les femmes sont néfastes pour les hommes et leurs relations. Dans vos vies quotidiennes, il est essentiel que vous, en tant qu'hommes, réfléchissiez à ce que vous pouvez faire pour vous exprimer contre la violence perpétrée par d'autres hommes.

Liens

Cette activité peut également être liée à celle qui est intitulée « **Exprimer mes émotions** » et à une discussion sur la manière de gérer la colère.

Fiche de ressources 27 : Études de cas sur la violence

Étude de cas n° 1

Mtitu et Latifa sont mariés. La famille de Mtitu vient chez eux pour dîner. Il est très anxieux car il veut qu'ils passent un bon moment, et il veut leur montrer que sa femme fait bien la cuisine. Mais lorsqu'il arrive chez lui ce soir-là, rien n'est prêt. Latifa ne se sentait pas bien, et elle n'a pas encore commencé à préparer le dîner. Mtitu est très en colère. Il ne veut pas que sa famille croie qu'il est incapable de contrôler sa femme. Ils commencent à se disputer et à se crier dessus. La dispute dégénère et Mtitu la frappe.

- Pensez-vous que Mtitu avait raison de frapper Latifa ?
- Comment Latifa devrait-elle réagir ?
- Mtitu aurait-il pu réagir différemment dans cette situation ?

Étude de cas n° 2

Vous dansez avec un groupe d'amis dans une boîte de nuit. Lorsque vous êtes sur le point de partir, vous voyez un couple (apparemment un garçon et sa petite amie) qui se dispute à l'entrée. Il la traite de salope et lui demande pourquoi elle flirtait avec un autre garçon. Elle dit, « je n'étais pas en train de le regarder, et de toute façon je suis avec toi, non ? » Il crie à nouveau. Finalement, elle lui dit « Tu n'as pas le droit de me traiter comme ça ». Il lui dit qu'elle n'est bonne à rien et lui ordonne de déguer, qu'il ne supporte pas de la regarder. Ensuite, il la frappe et elle tombe. Elle crie qu'il n'a pas le droit de faire ça.

- Que feriez-vous ? Partiriez-vous ? Diriez-vous quelque chose ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- Serait-ce différent si c'était un homme qui en frappait un autre ?
- Que pouvez-vous faire dans ce genre de situation ? Quelles sont vos options ?
- Quelle est votre responsabilité pour empêcher les autres d'avoir recours à la violence ?

Étude de cas n° 3

Michael est un garçon issu d'une famille aisée. Il rencontre Pili, une fille plus jeune que lui, un jour alors qu'elle est sur le chemin de l'école et ils bavardent un peu. Le lendemain, il la rencontre à nouveau. Cela continue, et un jour il finit par dire à Pili qu'il l'aime. Ils commencent à s'embrasser, et Michael commence à toucher Pili sous son chemisier. Mais Pili s'arrête et dit qu'elle ne veut pas aller plus loin. Michael est furieux. Il lui dit qu'il a passé beaucoup de temps avec elle et se demande « Qu'est-ce que mes amis vont dire ? » Il fait pression sur elle pour qu'elle change d'avis. Au départ, il essaie la séduction, ensuite il crie de frustration. Il commence à la pousser brutalement, puis la force à avoir un rapport sexuel, bien qu'elle ne cesse de dire « Non, arrête ! »

- S'agit-il d'une sorte de violence ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- D'après vous, qu'est-ce que Michael aurait dû faire ?
- D'après vous, qu'est-ce que Pili aurait dû faire ?

Étude de cas n° 4

Un groupe d'amis sortent danser. L'un d'entre eux, John, voit qu'un garçon regarde sa petite amie. John va vers lui, le pousse et une bagarre commence.

- Pourquoi John a-t-il réagi de cette façon ? Pensez-vous que c'était une bonne chose de pousser l'autre garçon ?
- Comment aurait-il pu réagir autrement ?
- Qu'est-ce que ses amis auraient dû faire ?

Étude de cas n° 5

Dans de nombreuses communautés, les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA sont rejetées. Elles font l'objet d'insultes. Il arrive que leurs enfants ne soient pas autorisés à aller à l'école.

- S'agit-il d'une sorte de violence ?
- Pensez-vous que ce type de discrimination blesse les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA ?
- Qu'est-ce qui peut être fait pour éviter que ce genre de choses arrive ?

Fiche de ressources 28 : Qu'est-ce que la violence fondée sur le genre ?

Dans de nombreux pays, la plupart des lois et politiques utilisent les termes « violence familiale » ou « violence domestique » pour indiquer les actes de violence perpétrés contre les femmes et les enfants par un partenaire, en général un homme. Cependant, il y a un changement croissant dans les termes et on parle de plus en plus de « violence fondée sur le genre » ou de « violence contre les femmes » pour couvrir un grand nombre d'actes de violence dont les femmes sont victimes à cause de partenaires, de membres de la famille et d'autres individus en dehors de la famille. Ces termes attirent également l'attention sur le fait que les dynamiques et normes de genre sont intimement liées à l'utilisation de la violence contre les femmes.⁴⁵

Ci-dessous figure une définition de la violence fondée sur le genre et de la violence contre les femmes, inspirée de la Déclaration de l'Assemblée générale des Nations Unies sur l'Élimination de la violence à l'égard des femmes en 1994 :

... tous actes de violence dirigés contre le sexe féminin, et causant ou pouvant causer aux femmes un préjudice ou des souffrances physiques, sexuelles ou psychologiques, y compris la menace de tels actes, la contrainte ou la privation arbitraire de liberté, que ce soit dans la **vie publique** ou dans la **vie privée**.

... s'entend comme englobant, sans y être limitée, les formes de violence énumérées ci-après :

- a. La violence physique, sexuelle et psychologique exercée au sein **de la famille**, y compris les coups, les sévices sexuels infligés aux enfants de sexe féminin au foyer, les violences liées à la dot, le viol conjugal, les mutilations génitales et autres pratiques traditionnelles préjudiciables à la femme, la violence non conjugale, et la violence liée à l'exploitation ;
- b. La violence physique, sexuelle et psychologique exercée **au sein de la collectivité**, y compris le viol, les sévices sexuels, le harcèlement sexuel et l'intimidation au travail, dans les établissements d'enseignement et ailleurs, le proxénétisme et la prostitution forcée ;
- c. La violence physique, sexuelle et psychologique **perpétrée ou tolérée par l'État**, où qu'elle s'exerce.

⁴⁵ Velzeboer, Marijke, Mary Ellsberg, Carmen Clavel Arcas and Claudia Garcia-Moreno, Violence against Women : The Health Sector Responds, Pan American Health Organization and World Health Organization, Washington, D.C., 2003. (La violence contre les femmes : le Secteur de la santé répond, Organisation Pan Américaine de la Santé et Organisation Mondiale de la Santé, Washington D.C., 2003)

9.2 Violence sexuelle dans la routine quotidienne

Objectif

1. Mieux comprendre les nombreuses façons dont les vies des femmes (et des hommes) sont limitées par la violence masculine, surtout la violence sexuelle.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes (avec adaptation) ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ; **Ressources** : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Notes de l'animateur

Cette activité est essentielle pour mieux comprendre l'étendue et l'impact de la violence des hommes à l'égard des femmes. Assurez-vous d'accorder assez de temps ! Cette activité fonctionne dans des ateliers mixtes dans lesquels les ratios d'hommes par rapport aux femmes, sont équilibrés.

Si les hommes sont sur la défensive, assurez-vous d'examiner leurs réactions. Dites bien que vous n'accusez personne dans la pièce d'avoir créé un climat de peur. Rappelez au groupe que vous essayez de montrer à quel point la violence à l'égard des femmes est courante et dévastatrice.

Certaines personnes ont des réactions très fortes vis à vis de cette activité. Ces réactions peuvent être de la colère, de l'indignation, de l'étonnement, de la honte, de l'embarras et le fait d'être sur la défensive. Si les participants montrent leurs sentiments, dites-leur que leur réaction est normale et appropriée. Beaucoup de gens sont choqués et se mettent en colère lorsqu'ils prennent conscience de la portée et de l'impact de la violence contre les femmes. Rappelez-leur que la colère peut être une motivation forte pour le changement. Encouragez-les à identifier les différentes manières d'utiliser leur colère et leur indignation de façon utile pour prévenir la violence et promouvoir l'équité des genres.

Ayez conscience du fait que certains hommes puissent penser qu'ils doivent protéger les femmes contre la violence. Si certains hommes du groupe disent cela, rappelez au groupe qu'il est important pour chacun d'entre nous de travailler pour créer un monde moins violent. Les hommes et les femmes doivent travailler ensemble comme des alliés. En disant que le rôle des hommes est de protéger les femmes, on prive les femmes de leur pouvoir de se protéger elles-mêmes.

Étapes

1. Tracer un trait au milieu d'une feuille du tableau du haut au bas. D'un côté, dessinez un homme et de l'autre côté, dessinez une femme. Dites aux participants que vous voulez qu'ils réfléchissent sur une question en silence durant un moment. Dites-leur que vous leur accorderez beaucoup de temps pour faire part de leurs réponses une fois qu'ils auront réfléchi en silence. Posez la question suivante :
 - « Que faites-vous chaque jour pour vous protéger contre la violence sexuelle ? »
2. Demandez aux hommes du groupe de faire part de leurs réponses à la question. Il est très probable qu'aucun d'entre eux ne dise faire quoi que ce soit pour se protéger. Si un homme signale quelque

chose, assurez-vous que ce soit une réponse sérieuse avant de l'écrire. Laissez la colonne vide à moins qu'il n'y ait une réponse convaincante de la part d'un homme. Signalez que la colonne est vide ou presque vide parce que les hommes considèrent généralement qu'ils n'ont pas besoin de se protéger contre la violence sexuelle.

3. S'il y a des femmes dans le groupe, posez-leur la même question. S'il n'y a pas de femme, demandez aux hommes de penser à leurs épouses, petites amies, sœurs, nièces et mères et d'imaginer ce que ces femmes font quotidiennement pour se protéger contre la violence sexuelle.
4. Une fois que vous avez noté TOUTES les façons dont les femmes limitent leur vies à se protéger contre la violence sexuelle, demandez aux participants de se regrouper par paires et dites à chaque paire de se poser mutuellement la question suivante. Chaque personne dispose de cinq minutes pour répondre :
 - Que pensez-vous des différentes manières dont les femmes limitent leur vie à cause de leur peur et de leur expérience en matière de violence masculine ?
5. Rassemblez toutes les paires après 10 minutes et demandez-leur de rendre compte de leurs réponses et de leurs sentiments. Accordez beaucoup de temps à la discussion, car elle peut susciter des émotions. Ensuite, demandez à chaque paire de trouver deux autres paires (pour former des groupes de six personnes) et discutez des questions suivantes pendant 15 minutes :
 - Que saviez-vous vraiment de l'impact de la violence des hommes sur la vie des femmes ?
 - Que ressentez-vous du fait que vous ne le saviez pas avant ? Comment se fait-il que vous n'ayez rien remarqué auparavant, étant donné l'impact majeur de cette violence sur les femmes ?
 - Comment la violence des hommes portent-elles atteinte à leur propre vie ?
 - Quelles sont les conséquences de la violence sexuelle par rapport au VIH ?
 - D'après vous, que pouvez-vous faire pour changer cette tendance et pour créer un monde dans lequel les femmes ne vivent pas dans la peur de la violence masculine ?
6. Rassemblez les groupes après 15 minutes et demandez-leur de rendre compte de leurs discussions. Résumez la discussion en vous assurant de couvrir tous les points de la conclusion.

Clôture

La violence sexuelle et la menace de violence sont des problèmes quotidiens pour les femmes. Étant donné que les hommes ne vivent pas la menace quotidienne de la violence sexuelle, ils n'ont pas conscience de l'étendue du problème auquel les femmes sont confrontées. En général, les hommes ne comprennent pas dans quelle mesure la violence sexuelle – concrète et la menace – est un aspect courant de la vie quotidienne des femmes. Cependant, la vie des hommes est également touchée par la violence sexuelle contre les femmes. Ce sont les sœurs, mères, filles, cousines et collègues des hommes qui sont visées – des femmes qui comptent pour des hommes sont victimes de violence chaque jour. L'acceptation sociale de cette violence contre les femmes permet aux hommes de traiter les femmes de manière inéquitable et fait que les hommes sont difficilement vulnérables par rapport à leurs partenaires, épouses et amies. La violence sexuelle ne permet pas aux femmes de négocier l'utilisation de préservatifs et elle élimine tout choix relatif à la décision d'avoir un rapport sexuel ou non. De plus, comme évoqué dans d'autres activités, le déchirement de tissus durant le viol augmente de façon substantielle le risque de transmission du VIH. En conséquence, la prévention de la violence sexuelle est essentielle pour réduire le VIH.

9.3 Les hommes : Victimes de la violence

Objectif

1. Explorer les questions et défis auxquels sont confrontés les hommes qui sont victimes de violence.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Étapes

1. Commencez la session en demandant aux participants de trouver un partenaire et de discuter sur la question suivante :
 - Quels sont des exemples de la manière dont les hommes peuvent être victimes de violence ?
2. Une fois la discussion terminée, établissez une liste des idées sur une feuille de tableau à feuilles.
 Ensuite, demandez aux participants de se rassembler en groupes de cinq ou six personnes et lancez une discussion sur les questions suivantes :
 - Pourquoi serait-il difficile pour les hommes de parler de leur situation de victime de violence ?
 - Quels effets ces expériences auraient-elles sur les hommes ?
 - Quelles ressources sont disponibles dans la communauté pour aider les hommes qui sont victimes de violence ?
3. Après que les groupes ont discuté les questions durant environ 15 minutes, dites-leur de présenter leurs idées au groupe dans son ensemble. Résumez la discussion, assurez-vous que tous les points de la conclusion sont couverts.

Clôture

Les hommes et les garçons sont souvent victimes de violence physique. Cependant, ils sont élevés pour ignorer la douleur et ne pas faire preuve de faiblesse. Par conséquent, les hommes victimes de violence discutent rarement de leurs problèmes avec d'autres personnes. Les hommes et les garçons peuvent également être victimes de violence sexuelle, ce qui contribue à les stigmatiser. Il existe, néanmoins, peu de ressources pour les aider. Il est vital que les hommes et les garçons aient des opportunités pour faire part de leurs expériences et surmonter leurs sentiments.

9.4 Comprendre le cycle de violence

Objectif

1. Discuter de la relation entre la violence dont les hommes souffrent et la violence qu'ils perpétuent contre d'autres.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

120 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Stylos / crayons
- Cinq bouts de papier pour chaque participant

Notes de l'animateur

Durant cette activité, il se pourrait que vous remarquiez qu'il est plus facile pour les participants de parler de la violence dont ils ont été victimes en dehors de leurs domiciles plutôt que de parler de la violence dont ils ont été victimes dans leurs domiciles, ou la violence qu'ils ont perpétrée contre d'autres. Il se peut qu'ils ne veuillent pas rentrer dans les détails sur leurs expériences, et il ne faut pas que vous insistiez pour qu'ils le fassent. Les victimes de violence interpersonnelle peuvent commettre des actes de violence plus tard dans leur vie. En outre, en parlant des actes de violence qu'ils ont commis, les participants peuvent chercher à se justifier, en accusant l'autre personne d'être l'agresseur. En aidant les hommes à saisir ce lien et à penser à la douleur que la violence leur a causée, on peut interrompre le cycle de violence victime-agresseur. Si nécessaire, cette activité peut avoir lieu sur deux séances.

Avant la séance, consultez les législations locales et nationales en ce qui concerne les procédures de plainte au cas où un/e mineur/e (une personne dont l'âge est inférieur à l'âge légal) révèle qu'il / elles souffre de violence ou d'abus. Il est également important de clarifier avec votre organisation tout aspect éthique ou légal lié à des situations pouvant survenir durant les discussions sur la violence.

Préparation

Avant la séance, affichez cinq feuilles du tableau au mur. Sur chaque feuille, écrivez une des cinq catégories figurant ci-dessous :

- Violence utilisée contre moi
- Violence que j'utilise contre les autres
- Violence dont j'ai été témoin
- Ce que je ressens lorsque je suis violent
- Ce que je ressens lorsque je suis victime de violence

Étapes

1. Au début de la séance, expliquez aux participants que le but de cette activité est de parler de la violence dans notre vie et notre communauté. Examinez le tableau à feutres avec les significations de la violence issues de l'activité précédente.
2. Donnez cinq feuilles de papier à chaque participant.
3. Demandez aux participants de réfléchir aux cinq catégories figurant ci-dessus et ensuite d'écrire une courte réponse à chacune d'entre elle sur les feuilles de papier qu'on leur a remises. Ils doivent rédiger une réponse sur chaque feuille, et ils ne doivent pas noter leurs noms sur les feuilles.
4. Accordez 10 minutes pour cet exercice. Expliquez-leur qu'ils ne doivent pas trop écrire, seulement quelques mots, et ensuite ils doivent afficher leur réponse à la feuille du tableau correspondante.
5. Après avoir affiché leurs feuilles sur tableau, lisez à haute voix certaines des réponses.
6. Ouvrez la discussion avec les questions suivantes. Utilisez le bâton de parole, si nécessaire.
 - Quel est le type de violence le plus communément utilisé contre nous ?
 - Que ressentons-nous du fait d'être victime de ce type de violence ?
 - Quel est le type de violence le plus communément utilisé contre d'autres ?
 - Comment savons-nous si nous sommes vraiment violents contre quelqu'un ?
 - Que ressentons-nous lorsque nous sommes violents contre d'autres personnes ?
 - Y-a-t-il un lien entre la violence que nous perpétons et la violence dont nous sommes victimes ?
 - Où apprend-on la violence ?
 - Y-a-t-il des violences pires que d'autres ?
 - Y-a-t-il un lien entre la violence et le pouvoir ? Expliquez. (Voir l'option de formation afin d'examiner les autres causes de violence.)
 - En général, quand sommes-nous violents ou lorsque nous sommes victimes de violence, en parlons-nous ? Est-ce que nous signalons ? Parlons-nous de ce que nous ressentons ? Si nous ne le faisons pas, pourquoi pas ?
 - Comment les médias (musique, radio, films, etc.) dépeignent-ils la violence ?
 - Quel est le lien entre la violence dans nos familles et relations et les autres formes de violence que nous voyons dans nos communautés ?
 - Certains chercheurs prétendent que la violence s'assimile à un cycle, autrement dit quelqu'un qui est victime de violence est plus susceptible de commettre des actes de violence plus tard. Si cela est vrai, comment pouvons-nous interrompre le cycle de la violence ?

Après la discussion, demandez aux membres ce qu'ils ont ressenti en parlant de la violence qu'ils ont vécue. Si quelqu'un dans le groupe montre qu'il a besoin d'une attention spécifique en raison d'un acte de violence dont il a été victime, vous devriez envisager de référer cette personne vers les services adaptés et discuter de la question avec d'autres membres du personnel dans votre organisation.

Clôture

Lorsque les gens parlent de la violence, ils pensent essentiellement aux agressions physiques. Il est important de penser à d'autres formes de violence mise à part la violence physique. Il faut également penser aux actes de violence que vous, en tant qu'hommes, pouvez perpétrer, car très souvent les hommes pensent que seuls les autres sont violents, pas eux. Il faut aussi se souvenir que la violence ne repose sur une agression naturelle et qu'elle a diverses causes. Toutes les formes de violence ont des causes fondamentales : l'utilisation de la violence pour faire valoir son pouvoir et son contrôle. Les problèmes sociaux et économiques actuels sont importants pour comprendre les causes de la violence, savoir qui en souffre et qui la commet. Cependant, même si le contexte aide à expliquer la violence, il ne peut servir de prétexte pour l'excuser. Les gens, surtout les hommes, font un choix lorsqu'ils recourent à la violence. Les gens doivent être tenus responsables de leur décision d'avoir recours à la violence et de la souffrance qu'ils entraînent. Le but de cette session est de vous aider à penser à la manière dont vous apprenez et exprimez la violence différemment et la façon dont vous pouvez arrêter le cycle de la violence dans votre vie et votre communauté.

Option de formation

Cette étape a pour but d'aider les participants à réfléchir plus largement et profondément sur les causes de la violence.

1. Répartissez les participants dans de petits groupes d'environ quatre personnes. Demandez à chaque groupe de choisir une forme différente de violence (violence domestique, viol, abus sexuel d'enfants) et de la noter (ou dessiner) au centre d'une grande feuille de papier.
2. Dites à chaque groupe de se demander « Mais pourquoi cela arrive-t-il ? » et écrivez chaque réponse à cette question autour du cercle au milieu de la feuille. Dessinez un cercle autour de chacune de ces réponses.
3. Regardez la première de ces réponses et posez la question « Mais pourquoi cela arrive-t-il ? » Ensuite, écrivez chaque réponse à cette nouvelle question autour du cercle contenant la réponse à la question initiale. Dessinez un cercle autour de chacune de ces réponses.
4. Répétez cette étape pour chacune des réponses à la question initiale. Continuez à poser la question « Mais pourquoi cela arrive-t-il ? » jusqu'à ce que les groupes n'aient plus de réponses ou jusqu'à ce que le temps imparti soit terminé.
5. Rassemblez les groupes afin de voir les schémas et les points clefs de la discussion. Notez les similarités et les différences entre les causes de la violence identifiées par les groupes.
6. Demandez aux participants de regrouper les causes de violence qu'ils ont données dans de catégories. Ensuite, demandez-leur de placer leurs réponses sous un des titres suivants qui répond à la question, « Quelles causes de violence sont liées à ... »
 - Connaissances, attitudes et compétences individuelles ?
 - Conditions et normes communautaires ?
 - Disponibilité et accessibilité des services ?
 - Pratiques organisationnelles ?
 - Législations et politiques ?
7. Pour chacune de ces catégories, faites un brainstorming sur les actions que les groupes et individus peuvent entreprendre pour faire face à ces causes. Faites un brainstorming sur les actions que d'autres personnes doivent entreprendre pour faire face à ces causes. Écrivez ces suggestions sur le Tableau écologique.

9.5 Que faire lorsque suis en colère

Objectif

1. Aider les participants à savoir quand ils sont en colère et comment exprimer leur colère de manière constructive et non destructrice.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ; **Ressources** : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Papier
- Stylos
- Ruban adhésif
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 26 : [Fiche de réflexion](#) pour l'ensemble des participants

Étapes

1. Expliquez au groupe que le but de cette activité est de discuter de la manière dont les individus expriment leur colère. Beaucoup d'hommes confondent colère et violence. Mais ce n'est pas la même chose : la colère est une émotion naturelle et normale ressentie par tout être humain à un certain moment de sa vie, tandis que la violence est une manière d'exprimer la colère. Cependant, il y a diverses façons d'exprimer la violence, il s'agit de manières plus positives.
2. Distribuez le polycopié. Lisez les questions à haute voix et demandez aux participants de répondre à chacune en deux ou trois minutes. Pour les groupes faiblement alphabétisés, lisez les questions à haute voix et demandez aux participants d'en discuter en groupes de deux ou de faire un dessin.
3. Après avoir rempli la fiche, répartissez les participants au sein de groupes de quatre ou cinq personnes maximum. Demandez-leur de commenter brièvement ce qu'ils ont écrit. Accordez-leur 20 minutes.
4. Distribuez une feuille de tableau à feuilles aux groupes et demandez-leur de dresser une liste de:
 - Réactions négatives lorsque nous sommes en colère
 - Réactions positives lorsque nous sommes en colère
5. Accordez-leur 15 minutes pour établir ces listes et demandez à chaque groupe de présenter ses réponses à l'ensemble des participants.
6. Il est très probable que la liste des « Réactions positives » comprenne les éléments suivants : (1) respirer profondément, ou compter jusqu'à 10 et (2) utiliser les mots pour exprimer ce que nous ressentons sans offenser. Il est important d'insister sur le fait que « respirer profondément » ne signifie pas prendre sa voiture (si c'est le cas) et conduire comme un bolide, ce qui présente des risques, ou aller dans des bars se soûler. Si les deux tactiques suggérées ici ne figurent pas sur les listes présentées, expliquez-les au groupe. En résumé, respirer un bon coup consiste simplement à sortir de la situation de conflit et de colère, pour s'éloigner de la personne contre qui on est en colère. On peut compter jusqu'à 10, respirer un bon coup, aller marcher un peu, ou faire un autre type d'activité physique, afin

de se calmer. En général, il est important pour la personne en colère d'expliquer à l'autre personne qu'elle va prendre une pause car elle est en colère, en disant par exemple « J'en ai vraiment assez de toi et j'ai besoin de respirer un bon coup. Je dois aller faire un tour, pour ne pas être violent ou commencer à hurler. Quand je serai plus calme, on pourra discuter ». L'utilisation de mots sans offenser consiste à exprimer deux choses : (1) dire à l'autre personne pourquoi vous êtes si en colère, et (2) dire ce que vous attendez de l'autre personne, sans l'offenser ou l'insulter. Par exemple :

Donnez un exemple au groupe :

Si votre petite amie arrive en retard à votre rendez-vous, vous pouvez réagir en disant, « Tu es une garce, c'est toujours pareil avec toi, je suis toujours en train de t'attendre comme un pantin ».

Ou vous pouvez chercher des mots qui n'offensent pas comme « Écoute, je suis en colère contre toi parce que tu es en retard. J'aimerais que tu sois à l'heure ; autrement préviens-moi pour me dire que tu vas être en retard ».

7. Discutez des questions suivantes.

- En général, est-il difficile pour les hommes d'exprimer leur colère, sans avoir recours à la violence ? Pourquoi ?
- Souvent, nous savons comment éviter le conflit ou une dispute, sans recourir à la violence, mais nous ne le faisons pas. Pourquoi ?
- Est-il possible de « respirer un bon coup » pour limiter les conflits ? Avons-nous de l'expérience pour cette activité ? Comment cela a-t-il fonctionné ?
- Est-il possible d' « utiliser les mots sans offenser » ?
- Qu'avez-vous appris grâce à cette activité ? Avez-vous appris quelque chose qui pourrait être appliqué à votre propre vie et à vos relations ?

Clôture

La colère est une émotion naturelle ressentie par tout être humain. Le problème est que certains peuvent confondre colère et violence et penser que la violence est une manière acceptable d'exprimer la colère. Cependant, il y a beaucoup d'autres façons plus positives d'exprimer ce sentiment. Il faut apprendre à l'exprimer plutôt que l'accumuler à l'intérieur. Lorsque nous laissons la colère s'accumuler, nous avons tendance à exploser.

Option de formation

S'il y a suffisamment de temps, vous pouvez terminer cette activité en demandant au groupe de créer des jeux de rôle ou de réfléchir à d'autres situations ou phrases qui montrent la différence entre les cris et l'utilisation de mots injurieux et l'utilisation de propos qui ne sont pas insultants.

Polycopié 26 : Fiche de réflexion

Qu'est-ce que je fais lorsque je suis en colère :

1. Pensez à une situation récente durant laquelle vous avez été en colère. Que s'est-il passé ? Écrivez une courte description de l'incident (en une ou deux phrases).

2. Pensez à cet incident et essayez de vous souvenir de ce à quoi vous pensiez et ce que vous ressentiez. Citez une ou deux choses que vous avez ressentie/s dans votre corps, lorsque vous étiez en colère :

3. Nous réagissons souvent avec violence lorsque nous sommes en colère. Cela peut même arriver avant que nous ne nous rendions compte que nous sommes en colère. Certains hommes réagissent immédiatement, en criant, en jetant des objets au sol, ou en frappant quelque chose ou quelqu'un. Parfois, nous pouvons être déprimés, silencieux ou renfermés. Comment avez-vous montré votre colère durant cet incident ? Comment vous êtes-vous comportés ? (Écrivez une phrase ou quelques mots pour décrire votre réaction et ce que vous avez fait lorsque vous étiez en colère.)

9.6 Réduire l'impact de la violence dans nos communautés

Objectif

1. Déterminer les ressources disponibles dans votre communauté pour les personnes qui ont été victimes de violence et examiner les manières dont les participants peuvent aider ces personnes.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

45 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Notes de l'animateur

Si les participants viennent de différentes communautés, créez des groupes rassemblant les membres d'une même communauté. S'ils sont seuls, mettez-les en groupes de deux pour dessiner des cartes de leurs propres communautés indiquant les centres de services (chacun fera sa propre carte, mais les participants peuvent s'aider en essayant de se souvenir ensemble de tous les différents types de services disponibles).

Étapes

1. Commencez cette session en demandant aux participants où ils se rendraient dans leur communauté si eux-mêmes ou les membres de leur famille / leurs amis étaient victimes de violence. Demandez-leur de penser aux ressources locales disponibles.
2. Ensuite, rassemblez les participants au sein de trois groupes et demandez-leur de dessiner une carte de leur communauté. Demandez-leur de réfléchir attentivement aux ressources spécifiques à la disposition des victimes de la violence. Ils doivent être créatifs et représenter toutes les ressources applicables.
3. Donnez-leur environ 15 minutes pour préparer une carte des ressources et demandez à chaque groupe de présenter ses cartes. Pour ne pas perdre de temps, demandez aux deuxième et troisième groupes de ne pas indiquer les services déjà mentionnés par le premier.
4. Terminez la session en posant les questions suivantes :
 - Quel est le degré d'accessibilité de ces ressources ?
 - Comment la classe sociale, la race ou l'âge affectent-ils l'accès à ces ressources ?
 - Existe-t-il des réseaux sociaux (par exemple, famille, amis, communautés religieuses, etc.) qui pourraient apporter leur aide ?
 - Comment pourriez-vous davantage faire partie de ces services ?

Clôture

Il peut être très difficile pour les individus qui souffrent de violence de s'exprimer ouvertement et de demander de l'aide. Par exemple, certaines femmes peuvent craindre que leurs partenaires se vengent si elles demandent de l'aide ou tentent de partir. D'autres peuvent penser qu'elles doivent rester dans une relation abusive, surtout elles sont mariées et / ou s'il y a des enfants. Pour certaines, les conséquences économiques de la rupture avec un partenaire sentimental peuvent être plus pénibles que la souffrance émotionnelle et physique. Plusieurs facteurs peuvent influencer la réaction d'une femme à la violence. Il est important de ne pas juger les individus qui restent dans les relations dans lesquelles elles subissent de la violence, mais d'essayer de réfléchir à la manière de les aider à comprendre les conséquences de la violence et à demander l'aide dont elles ont besoin. De plus, il est tout aussi important de réfléchir aux manières de créer des communautés dans lesquelles les femmes et les hommes peuvent vivre sans violence.

10. Effectuer des changements, agir

10.1 Le rôle des hommes dans la promotion de la santé

Objectif

1. Identifier les rôles clefs que les hommes peuvent jouer dans la promotion sanitaire.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : tout niveau ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs

Préparation

Sur des feuilles du tableau, notez six rôles que les hommes jouent dans la vie social et économique, de la manière suivante :

- Partenaire, ou époux ou petit-ami
- Frère ou cousin
- Père ou oncle
- Ami ou collègue
- Responsable ou superviseur
- Responsable communautaire

Étapes

1. Expliquez que cette activité permet d'examiner les rôles que les hommes peuvent jouer pour promouvoir la santé et surtout, la manière dont ils peuvent prévenir les grossesses non désirées et le VIH / les IST, y compris prévenir la transmission de la mère à la enfant.
2. Commencez la session en dessinant l'arbre à problème. Expliquez que vous voudriez examiner les causes et conséquences de **l'absence de soutien des hommes vis-à-vis des services de santé sexuelle et reproductive**. Une fois que les causes et conséquences ont été évoquées, faites en sorte que le groupe concentre son attention sur ce que les hommes peuvent faire pour influencer ces causes.

3. Répartissez les participants dans six groupes. Attribuez à chaque groupe un des rôles suivants :
 - Partenaire ou époux ou petit-ami
 - Frère ou cousin
 - Père ou oncle
 - Ami ou collègue
 - Responsable ou superviseur
 - Responsable communautaire
4. Demandez à chaque groupe de discuter **du rôle que les hommes peuvent jouer pour prévenir les grossesses non désirées et les IST / VIH**. Accordez 15 minutes au travail des petits groupes. Demandez aux groupes de noter la liste d'actions possibles sur une feuille de tableau.
5. Rassemblez à nouveau les participants. Demandez à chaque petit groupe de monter son tableau et de faire un compte-rendu de ses discussions. Après chaque rapport, accordez quelques minutes au reste du groupe pour qu'il puisse poser des questions et faire des commentaires.
6. Évoquez les actions recommandées par les petits groupes, en posant les questions suivantes :
 - Quel est le meilleur moyen pour les hommes d'utiliser leurs privilèges et leur pouvoir pour promouvoir la santé et prévenir le VIH ?
 - Que peuvent faire les hommes pour s'impliquer davantage et être plus impliqués dans les soins apportés à leur famille et leurs amis qui vivent avec le VIH et le SIDA (par exemple des soins et un soutien à domicile) ?
 - Dans quelle mesure les rôles des hommes dans la promotion de la santé et de la prévention sont-ils liés à l'égalité des genres ?
7. Notez les suggestions du groupe concernant les actions pour les rôles des hommes vis-à-vis de la prévention du VIH et le Modèle écologique.

Clôture

Les hommes peuvent utiliser leur privilèges et pouvoirs de diverses manières pour prévenir le VIH / les IST et les grossesses non désirées. Le premier rôle exercé par les hommes dans le domaine de la santé sexuelle est celui qu'ils jouent dans leur propre vie sexuelle. Le privilège dont disposent les hommes leur donne du pouvoir par rapport aux femmes en ce qui concerne la prise de décision en matière sexuelle. Le pouvoir va de pair avec la responsabilité. Les hommes peuvent utiliser leur responsabilité pour se protéger et protéger leurs partenaires sexuels du VIH. Mais les hommes ont également du pouvoir dans leurs familles, communautés et sur leurs lieux de travail. Ils peuvent utiliser ce pouvoir pour promouvoir la prévention du VIH et soutenir l'égalité des genres afin de limiter la vulnérabilité sexuelle des femmes.

La promotion de l'égalité des genres doit être au cœur des rôles des hommes dans la prévention du VIH. En jouant leurs rôles dans leur famille et leur communauté, les hommes peuvent largement contribuer à la prévention du VIH en promouvant l'égalité des genres. Les pouvoirs limités des femmes dans les domaines social, économique et politique constituent le fondement de leur vulnérabilité à l'égard du VIH. Le VIH et le SIDA sont de plus en plus une maladie de femmes en Afrique. En agissant contre le VIH, les hommes doivent écouter les femmes, agir comme leurs alliés plutôt que comme leurs protecteurs, et remettre en question les attitudes, comportements et règles sexistes.

10.2 Nouveau types de courage

Objectifs

1. Identifier et encourager la mise en place de stratégies visant à promouvoir les relations saines.
2. Comprendre les façons de développer des pratiques sexuelles justes et plus responsables.
3. Comprendre les manières de remettre en question et de prendre des responsabilités face à la violence des hommes contre les femmes.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : masculin ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ; **Ressources** : moyennes

Durée

75 minutes

Supports

- Jeu de fiches d'action
- Affiches ayant pour titre « Moins courageux » et « Plus courageux »
- Ruban adhésif
- Marqueurs
- Tableau à feuilles

Scénarios pour les fiches d'action :

- Ignorez une dispute conjugale qui a eu lieu dans la rue devant votre domicile.
- Dites à un ami que vous vous craignez qu'une des deux personnes soit blessé/e par son partenaire.
- Dites à un homme que vous ne connaissez pas très bien que vous n'appréciez pas qu'il fasse des plaisanteries à propos du corps des femmes.
- Dites à un ami que vous n'appréciez pas qu'on fasse des plaisanteries à propos des homosexuels et des lesbiennes.
- Avancez vers un couple qui se dispute pour savoir si quelqu'un a besoin d'aide.
- Appelez la police si vous entendez une dispute chez un voisin.
- Parlez à votre partenaire de votre séropositivité.
- Encouragez votre fils qui entreprend une carrière en soins infirmiers.
- Rester calme lorsque vous entendez des plaisanteries qui excusent ou promeuvent la violence à l'égard des femmes.
- Défendez les droits des homosexuels lorsque vous êtes au bar avec des amis.
- Avancez vers un groupe d'hommes et leurs dire d'arrêter d'harceler les filles qui passent devant eux.
- Dites à un collègue que vous pensez qu'ils harcèlent sexuellement ses collègues féminines
- Laissez votre partenaire avoir le dernier mot lors d'une dispute.
- Mettez votre bras autour du cou d'un ami qui est de mauvaise humeur.

- Encouragez votre fils à toujours traiter les femmes avec respect.
- Encouragez votre fille à entreprendre la carrière qu'elle veut.
- Parlez à votre cousin de l'utilisation de préservatifs.
- Dites à un ami que vous admirez la manière dont il s'occupe de ses enfants.
- Faites la cuisine pour votre partenaire et vos enfants après une longue semaine de travail.
- Participez à une manifestation d'hommes qui protestent contre la violence à l'égard des femmes et des enfants.
- Dites à votre fils que ce n'est pas grave s'il pleure.
- Pleurez en public lorsque vous en ressentez le besoin.
- Encouragez un voisin à demander une aide psychologique par rapport à son comportement abusif.
- Dites à un partenaire sexuel que vous n'êtes pas prêt à avoir une relation sexuelle avec lui / elle.
- Insistez sur l'utilisation d'un préservatif même si votre partenaire sexuel/le ne le souhaite pas.

Préparation

Avant que la séance ne commence, créez une fiche reflétant « la gamme d'actes courageux » sur un mur de la salle de formation en nommant une colonne de gauche « Moins courageux » et « Plus courageux » la colonne de droite.

Étapes

1. Pour commencer, demandez aux participants pourquoi ils pensent que les hommes doivent se sentir concernés par rapport à la violence à l'égard des femmes et des enfants. Durant la discussion, examinez les points clefs et assurez-vous qu'ils soient bien traités.
2. Ensuite demandez aux membres du groupe de dresser une courte liste d'actions que les hommes peuvent entreprendre pour prévenir la violence, surtout à l'égard des femmes et enfants, et pour promouvoir l'équité des genres dans leurs propres relations et au sein de la communauté. Ecrivez-les sur le tableau à feuilles.
3. Distribuez les cartes aux participants.
4. Demandez aux participants d'examiner les situations suivantes et de déterminer à quelle catégorie elles correspondent aux colonnes intitulées « Moins courageux » à « Plus courageux ». affichées sur le mur.
5. Une fois que les cartes ont été accrochées au mur, examinez chacune d'entre elles et discutez avec le groupe dans son ensemble pour savoir s'ils sont d'accord ou non par rapport à la manière dont les cartes ont été classées.
6. Répartissez les participants dans des groupes de six à sept personnes. Distribuez trois à quatre cartes à chaque groupe et demandez à chaque groupe de trouver un jeu de rôles qui décrive une de ces situations. Demandez-leur d'être clairs par rapport à ce qu'ils diraient et feraient pour promouvoir l'égalité des genres, le respect à l'égard d'autrui et les relations saines.
7. Une fois que chaque groupe a présenté son jeu de rôle, évoquez les stratégies utilisées et les actions entreprises afin de prévenir la violence.
8. Faites un résumé, en demandant d'abord aux participants ce qu'ils ont appris de cette séance, et s'ils pensent qu'ils peuvent entreprendre des actions pour mettre un terme à la violence. Terminez la séance en passant en revue les points clefs.

Clôture

Les hommes peuvent jouer un rôle essentiel pour donner un exemple positif à d'autres hommes en traitant autrui avec respect et en défiant les attitudes et comportement oppressifs d'autres hommes. La plupart des hommes se soucient des femmes et des filles faisant partie de leur vie, qu'elles soient leur épouse, petite amie, fille, cousine ou d'autres membres de leur famille ou amie, collègue, paroissienne de leur église, ou voisine.

Lorsque des hommes commettent des actes violents, il est plus difficile pour les femmes de faire confiance aux hommes. Autrement dit, en raison des actes de certains hommes, tous les hommes sont considérés comme des violeurs ou criminels potentiels. Les hommes commettent la majorité des actes de violence domestique ou sexuelle à l'égard des femmes et par conséquent, ils ont une responsabilité particulière de devoir mettre fin à la violence perpétrée par les hommes.

10.3 Ne restez pas en retrait : Agissez !

Objectifs

1. Identifier les rôles que les hommes peuvent jouer comme spectateurs actifs pour mettre un terme à la violence des hommes.
2. Identifier le soutien qui aidera les hommes à assumer ces rôles de spectateurs actifs.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; Sexe : masculin ; Niveau d'alphabétisation : moyen ; Ressources : moyennes

Durée

75 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 27 : Ce que les hommes peuvent faire comme spectateurs actifs et Polycopié 28 : Scénarios pour l'ensemble des participants

Notes de l'animateur

Soyez attentif aux réactions des participants à l'égard de cette activité. Elle peut rappeler à certaines personnes des expériences de leur propre vie – lorsqu'elles ont été la cible de violence et que les témoins des faits n'ont pas fait assez pour mettre un terme à la violence, ou lorsqu'elles ont été témoins et n'ont pas fait assez pour arrêter la violence. Rappelez aux participants qu'ils peuvent s'absenter pour prendre soin d'eux-mêmes. Tâchez d'être disponibles à l'issue de la séance si quelqu'un a besoin de soutien.

Soyez clair et précisez que le but de cette activité n'est pas de culpabiliser qui que ce soit pour n'avoir pas suffisamment agi pour arrêter la violence. Il s'agit plutôt d'examiner l'avenir et de voir ce que nous pouvons faire de plus pour aider à faire cesser la violence dans nos communautés.

Étapes

1. Présentez l'idée de « spectateur actif ». Utilisez la définition qui figure sur le Polycopié 27 si nécessaire. Demandez aux participants de citer des exemples de personnes qui assument le rôle de spectateur actif et posez les questions suivantes :
 - Qu'ont fait ces spectateurs actifs ?
 - Pourquoi était-il important qu'ils agissent ?
2. Demandez au groupe pourquoi il est si important que les hommes agissent comme des spectateurs actifs qui essaient de faire cesser la violence des hommes (voir le Polycopié 27).
3. Faites un brainstorming avec le groupe sur certaines des choses que les hommes peuvent faire en tant que spectateurs actifs au sein de leur communauté afin de faire cesser la violence (voir le Polycopié 27).
4. Expliquez qu'un des défis du rôle des hommes comme spectateurs actifs est que ce rôle peut être confondu avec l'idée sexiste selon laquelle les hommes sont censés protéger les femmes. Posez la question suivante au groupe et utilisez le Polycopié 28 pour discuter leurs réponses :
 - D'après vous, pourquoi est-ce problématique que les hommes soient censés protéger les femmes ?

5. Faites un brainstorming avec le groupe sur certaines des raisons principales que les hommes donnent pour justifier le fait qu'ils ne sont pas plus actifs en tant que spectateurs essayant de faire cesser la violence des hommes (voir l'exemple dans le Polycopié 28).
6. Distribuez le Polycopié 28. Répartissez les participants dans des petits groupes et attribuez un scénario issu du Polycopié 28 à chaque groupe afin qu'il prépare un jeu de rôle. Chaque jeu de rôle illustre une conversation entre un spectateur réticent et un/e ami/e qui le persuade d'agir.
7. Organisez les jeux de rôles et ensuite faites un débriefing en posant les questions suivantes :
 - Dans les jeux de rôles, qu'est-ce qui a bien fonctionné et qu'est-ce qui n'a pas fonctionné lorsqu'il a été question de persuader la personne de devenir un spectateur actif ?
 - Comment pouvons-nous persuader plus de personnes de devenir des spectateurs actifs ?
 - Qu'est-ce qui empêche les hommes d'être des spectateurs plus actifs ?
 - Que faut-il faire pour aider les hommes à devenir des spectateurs plus actifs ?
8. Demandez aux participants de retourner dans leurs petits groupes et donnez à chaque groupe un des scénarios sur lesquels ils doivent débattre pendant 15 minutes.
9. Rassemblez les groupes pour qu'ils rendent compte des principaux points de leurs discussions et de leurs réponses aux questions.
10. Résumez la discussion en mettant en évidence la nécessité pour les hommes d'être des spectateurs plus actifs, le type d'action que ces hommes peuvent entreprendre et le soutien dont ils peuvent avoir besoin pour cela.

Clôture

La violence est un fait quotidien mais beaucoup de gens préfèrent l'ignorer ou la nier, surtout la violence des hommes à l'égard des femmes. Un spectateur est quelqu'un qui actif choisit de ne pas rester en retrait et laisser la violence continuer, mais qui entreprend une action pour aider à faire cesser la violence. La réduction de la violence dans la société nécessitera l'implication active de plus d'hommes. La plupart des actes de violence sont perpétrés par les hommes et de nombreux hommes sont plus susceptibles d'écouter un autre homme plutôt qu'une femme. Ces deux faits font qu'il est essentiel que plus d'hommes s'impliquent comme des spectateurs actifs qui interviennent pour empêcher d'autres hommes d'être violents. De plus, il est également important de mobiliser les hommes de pouvoir, y compris les responsables du gouvernement, de communauté et d'entreprise de même que les décideurs pour qu'ils se considèrent comme des spectateurs actifs et agissent pour faire cesser la violence. La fait d'agir comme un spectateur actif n'est pas facile, surtout pour les hommes qui essaient de faire cesser la violence perpétrée par d'autres hommes. Il est important que les hommes puissent identifier les manières dont ils peuvent se soutenir dans leurs efforts pour devenir des spectateurs plus actifs.

Selon les normes sexistes liées au genre, les hommes sont censés protéger les femmes. Un des dangers de l'approche fondée sur le spectateur actif est que certains hommes pensent que leur rôle en tant que spectateur actif est de protéger les femmes. Mais le rôle de protecteur ne fait que consolider le manque d'indépendance des femmes, ce qui est en fait le but initial de la violence masculine. Un des principes clefs de l'approche fondée sur le spectateur actif est qu'elle doit renforcer plutôt qu'affaiblir l'indépendance de ceux / celles qui sont ciblé(e)s par la violence.

Polycopié 27 :

Ce que les hommes peuvent faire comme spectateurs actifs⁴⁶

Les spectateurs peuvent prévenir, interrompre ou faire cesser des comportements violents de diverses manières qui, pour la plupart, comportent peu ou pas de risque de confrontation physique. Étant donné que ces interventions ne sont pas toujours évidentes, le travail avec les hommes comme spectateurs actifs devrait présenter le plus d'options non violentes ou non menaçantes possibles. Un des éléments clefs de l'approche fondée sur le spectateur actif est d'animer une discussion des options dont disposent les spectateurs dans des scénarios réalistes.

Voici des exemples d'options favorisant la non-violence pour les actions des spectateurs :

- Parlez à un ami qui est verbalement et physiquement violent vis-à-vis de son / sa partenaire en privé, pendant un moment calme, plutôt qu'en public ou immédiatement après un incident.
- Parlez à un groupe d'amis de la personne violente et définissez une stratégie d'intervention en groupe. (L'union fait la force.)
- Si vous avez été témoin d'une violence perpétrée par un ami ou un collègue abusif vis-à-vis d'un/e partenaire, parlez à un groupe d'amis de la victime et élaborer une réponse de groupe.
- Si vous êtes élève ou étudiant, adressez-vous à des enseignants, professeurs de confiance, travailleurs sociaux ou professionnels de la santé. Faites-leur part de ce que vous avez observé et demandez-leur d'intervenir ou de vous conseiller une ligne de conduite.

Exemple : raisons données pour expliquer l'inaction

- « C'est une question privée – ce ne sont pas mes affaires. »
- « Mes amis ne me prendront pas au sérieux si je prend position contre la violence. »
- « Il pourrait m'arriver quelque chose si je m'en mêle. »
- « C'est le travail de la police. »

⁴⁶ Adapté de : Online Toolkit for Working with Men and Boys, Family Violence Prevention Fund, San Francisco, CA, US. (Kit d'Instruments en ligne pour Travailler avec les Hommes et les Jeunes Garçons, Fond de Prévention de la Violence Familiale, San Francisco, Californie, Etats-Unis)

Polycopié 28 :

Scénarios

Scénario 1 Les garçons ne changent jamais

Vous marchez dans la rue et voyez un groupe d'ouvriers du bâtiment qui harcèlent une femme verbalement.

Questions en vue d'une discussion de groupe :

- Que pouvez-vous faire dans cette situation ?
- Quelles conséquences pouvez-vous subir ? Quelles conséquences la femme peut-elle subir ? Quelles conséquences les hommes peuvent-ils subir ?
- Pourrait-on faire quelque chose pour empêcher cette situation ?

Scénario 2 Rapports de bon voisinage

Vos voisins sont un couple marié. Vous les entendez souvent se disputer. Une nuit, votre sommeil est interrompu par les cris de votre voisine qui semble recevoir des coups et par les hurlements de son mari.

Questions en vue d'une discussion de groupe :

- Que pouvez-vous faire dans cette situation ?
- Quelles conséquences pouvez-vous subir ? Quelles conséquences la femme peut-elle subir ? Quelles conséquences le mari peut-il subir ?
- Pourrait-on faire quelque chose pour empêcher cette situation ?

Scénario 3 Fête

Vous êtes à une fête avec des amis. Un d'entre eux dit qu'il sort toujours avec des « filles chaudes ». Vous avez entendu dire qu'il ne traitait pas toujours les femmes avec respect. Vous remarquez qu'une de vos amies est très saoule et qu'un garçon lui fait du baratin. Vous les voyez sortir ensemble de la maison.

Questions en vue d'une discussion de groupe :

- Que pouvez-vous faire dans cette situation ?
- Quelles conséquences pouvez-vous subir ? Quelles conséquences la femme peut-elle subir ? Quelles conséquences l'homme peut-il subir ?
- Pourrait-on faire quelque chose pour empêcher cette situation ?

Scénario 4 En face

Vous êtes en train de regarder la télévision chez un ami. Vous entendez une femme crier à l'aide. Vous et vos amis vous précipitez dehors et voyez un homme qui force une femme à avoir des rapports sexuels dans le parc d'en face. Vous ne savez pas s'il a une arme ou non.

Questions en vue d'une discussion de groupe :

- Que pouvez-vous faire dans cette situation ?
- Quelles conséquences pouvez-vous subir ? Quelles conséquences la femme peut-elle subir ? Quelles conséquences l'homme peut-il subir ?
- Pourrait-on faire quelque chose pour empêcher cette situation ?

10.4 Les hommes qui s'entraident à assumer leurs responsabilités

Objectif

1. Identifier des manières dont les hommes peuvent s'entraider à assumer leurs responsabilités en matière d'équité de genre.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilles
- Marqueurs
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 29 : Études de cas pour l'ensemble des participants

Étapes

1. Commencez en posant la question suivante :
 - Pour les hommes, que signifie la notion d'équité de genre ?
2. Demandez aux participants de réfléchir seuls durant deux minutes, de se tourner vers leur voisin / e et de discuter de la question.
3. Après environ cinq minutes, demandez aux volontaires de présenter leurs discussions et notez leurs réponses sur un tableau à feuilles.
4. Ensuite, expliquez que cette liste représente un idéal souvent difficile à atteindre. Néanmoins un bon moyen de susciter le changement est de s'entraider à assumer ses responsabilités.
5. Répartissez les participants au sein de quatre groupes et distribuez le polycopié. Attribuez une étude de cas issue du polycopié à tous les groupes et demandez-leur de discuter de la situation et de trouver des solutions / réponses aux questions.
6. Demandez-leur de faire un compte rendu et terminez la session en posant les questions suivantes :
 - Que peuvent faire les hommes pour se tenir mutuellement responsables ?
 - Cette session a-t-elle été utile ?
 - Qu'avez-vous appris grâce à cette session ?
 - Pensez-vous qu'il est possible pour les hommes d'établir des « codes de conduite » individuels pour eux-mêmes ?
 - Quels seraient les éléments de ce code de conduite ?
 - Comment ce code pourrait-il être appliqué ?
7. S'il y a suffisamment de temps, donnez environ 20 minutes aux participants pour élaborer leurs codes de conduite. Une fois qu'ils auront terminé, ils pourront en parler deux par deux.

Clôture

Les changements d'attitudes et de comportement ne sont pas toujours faciles. Il est important de garder cela à l'esprit et de réfléchir à la manière dont vous pouvez vous soutenir mutuellement pour susciter ces changements dans vos vies et vos relations. Essayez de réfléchir à la façon dont vous pouvez partager, avec d'autres hommes de votre communauté, les informations que vous avez apprises dans ces activités et les encourager à poser le types de questions et lancer le type de débats que vous venez de pratiquer. Souvenez-vous que nous avons tous un rôle à jouer pour construire des communautés plus équitables et pacifiques – un premier pas important consiste à commencer par nos propres vies et relations.

Polycopié 29 :

Études de cas

Étude de cas 1 :

Thabiso est un éducateur de pairs pour le programme MAP (Les hommes en tant que partenaires), qui voyage parfois pour animer des ateliers. Il sort avec Mpho depuis deux ans et ils ont une bonne relation. De temps en temps, quand Thabiso voyage, il a des relations sexuelles avec d'autres personnes. Il pense qu'il n'y a rien de mal à cela parce qu'il s'agit de « liaisons sans lendemain » et il est honnête avec les autres partenaires par rapport à sa relation (en général après avoir eu un rapport sexuel). Mpho pense que leur relation est monogame et elle est fière de sortir avec Thabiso car c'est un type vraiment sympa.

Mpho et Thabiso sont tous les deux vos amis. Vous savez ce que Thabiso fait et vous n'êtes pas sûr/e qu'il se protège toujours. Que devriez-vous faire dans une telle situation ?

Étude de cas 2 :

Mike est animateur d'engagement masculin. Il est marié à Precious avec qui il a deux enfants. Mike est vraiment sympa, très beau gosse et un peu charmeur. Il a récemment entamé une relation avec une autre femme et il a eu un enfant avec elle. C'est la deuxième fois qu'il fait une chose pareille – et il a désormais quatre enfants – deux avec Precious et un avec chacune des autres femmes. Mike a récemment frappé Precious quand ils se sont disputés à cause de ses relations avec d'autres femmes. Mike lui a présenté ses excuses, mais ce n'était pas la première fois.

Vous êtes un ami de Mike. Lors d'un atelier d'engagement masculin récent, vous avez entendu des participants qui connaissent Mike bavarder à son propos et se demander comment il peut se présenter comme animateur d'engagement masculin alors qu'il a des problèmes dans sa vie personnelle. Que devriez-vous faire dans une telle situation ?

Étude de cas 3 :

Hudson est pasteur des jeunes. Il est célibataire et aime sortir avec des amis, pour jouer au billard et boire. Chaque week-end, il se saoule et a tendance à rentrer chez lui avec une femme différente. Il dit que ce n'est pas un problème car il utilise toujours des préservatifs. Vous êtes son ami et un membre de son église. Que devriez-vous faire dans une telle situation ?

Étude de cas 4 :

Kenneth est stagiaire en comptabilité. Il a une relation stable avec sa petite amie qui vit loin à l'université. Ils sont très amoureux et se font mutuellement confiance. Kenneth aime sortir pour aller en boîte de nuit et passer du temps avec ses amis. De temps en temps, il flirte avec d'autres femmes et lorsqu'elles lui posent la question, il nie avoir une petite amie. Vous avez confiance en Kenneth lorsqu'il dit qu'il n'a jamais trompé sa petite amie mais vous l'avez vu embrasser quelques femmes. D'après Kenneth, cela ne pose pas de problème, car il n'a pas de rapports sexuels avec ces femmes. Lorsque les autres femmes sont pressantes, il prend du recul et ne les rappelle pas.

10.5 Mouvements destinés à mettre fin à la violence

Objectifs

1. Apprendre des exemples d'engagement masculin dans des actions collectives visant à faire cesser la violence masculine.
2. Aider les participants à trouver des manières de s'impliquer davantage dans des mouvements visant à faire cesser la violence.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : hommes ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

60 minutes

Supports

- Tableau à feuilless
- Marqueurs
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 30 : Études de cas sur les mouvements visant à faire cesser la violence fondée sur le genre pour l'ensemble des participants

Notes de l'animateur

Souvenez-vous que le but de cette activité est d'encourager les hommes à s'engager davantage dans les mouvements visant à faire cesser la violence, et non pas de les humilier pour leur inaction passée. Insistez sur tous les changements positifs qu'ils peuvent faire dans leurs propres vies. Les hommes qui font de petits efforts concrets pour s'impliquer davantage font bien mieux que ceux qui ont de grandes idées inapplicables sur ce qu'ils pourraient faire au sein d'un mouvement visant à faire cesser la violence. Il est important que vous sachiez ce qui se passe localement en termes de mouvements contre la violence masculine. Cela vous aidera à parler avec précision de ce que les hommes peuvent faire pour s'impliquer davantage, et à établir un lien entre les participants et des contacts pour de tels efforts. S'il y a peu d'activité locale, vous pouvez demander aux membres du groupe ce qu'ils veulent réaliser et comment concrétiser leurs souhaits.

Étapes

1. Expliquez que le problème de la violence est si répandu qu'il est important de penser à une action collective des hommes et à la participation aux mouvements visant à faire cesser la violence.
2. Répartissez les participants au sein de petits groupes de trois ou quatre personnes. Distribuez la première étude de cas à la moitié des groupes, et la deuxième étude de cas à l'autre moitié. Dites-leur de lire l'étude de cas à haute voix et de débattre les questions.
3. Accordez environ 30 minutes pour ce travail et rassemblez les groupes afin de discuter des points clefs de leurs discussions et des réponses aux questions.
4. En vous appuyant sur la discussion des études de cas, rappelez que les hommes impliqués dans les mouvements visant à faire cesser la violence doivent assumer deux rôles clefs : ils doivent être (1) de bons exemples pour d'autres hommes et (2) des alliés des femmes. Explorez ces rôles en posant les questions suivantes :

- Comment les hommes peuvent-ils montrer l'exemple dans les mouvements visant à faire cesser la violence masculine ?
 - Comment les hommes peuvent-ils être de bons alliés pour les femmes dans les mouvements visant à faire cesser la violence masculine ?
5. Utilisez les informations qui figurent dans la conclusion pour conduire une discussion sur ces questions.
 6. Demandez aux participants de se rassembler en groupes de deux et de débattre la question suivante : Qu'est-ce qui m'aiderait à participer davantage à une action collective pour faire cesser la violence masculine ? Expliquez que chacun doit répondre à son tour et que le rôle des partenaires est simplement d'écouter. Expliquez également que lorsque les participants rejoindront l'ensemble du groupe, vous les inviterez à rendre compte de ce qui a été discuté, s'ils le souhaitent.
 7. Accordez un peu plus de 10 minutes pour le travail, et rassemblez les participants. Demandez à quelques volontaires de faire part de leurs discussions avec leurs partenaires.
 8. Terminez l'activité en demandant au groupe de citer des manières dont les hommes peuvent s'entraider à participer davantage à des actions collectives pour faire cesser la violence masculine.

Clôture

Être un exemple positif pour d'autres hommes afin de mettre un terme à la violence masculine repose notamment sur :

- Faire ce que l'on dit : être conscients et responsables de nos propres attitudes et comportements, et ouverts à l'idée de les changer en fonction des réactions que nous recevons.
- Être patients et persévérants : les attitudes sexistes et les normes de genre néfastes ne changeront pas du jour au lendemain. Elles sont ancrées en nous depuis de nombreuses années. Afin de travailler pour le changement que nous souhaitons, il est important d'être à la fois patients et persévérants.
- Être humbles : lorsque nous assumons le rôle d'exemples positifs, nous pouvons être tentés de moraliser, de considérer que nous avons raison et que les autres ont tort. Cela dégoûtera beaucoup de gens. Un exemple positif doit également être humble.

Être un allié pour les femmes pour faire cesser la violence masculine : Les hommes jouissant de privilèges liés à leur masculinité dans une société qui leur accorde plus de pouvoir économique, politique et social qu'aux femmes, la meilleure manière pour les hommes de travailler comme alliés est d'utiliser leurs privilèges du mieux possible pour prévenir la violence. En particulier, ils peuvent essayer de changer les politiques et conditions qui favorisent la violence fondée sur le genre et l'oppression des femmes.

Les hommes qui travaillent comme alliés voient les avantages de l'égalité de genre et de l'égalité sociale dans leurs propres vies et dans les vies des femmes de leur entourage. Le rôle d'allié signifie également que l'on est responsable vis-à-vis des femmes et que l'on reconnaît le leadership des femmes dans le domaine de la prévention de la violence. En tant que personnes les plus souvent ciblées par la violence fondée sur le genre, les femmes doivent continuer à assurer le leadership dans ce domaine et dans le mouvement en faveur de la justice à l'égard des genres. Il est essentiel pour les hommes, en tant qu'alliés, d'écouter et d'apprendre des femmes et d'être responsables de la manière dont ils utilisent leurs privilèges.

La violence fondée sur le genre cible également les homosexuels, les bisexuels et les transgenres. Dans ce type de situation, les hétérosexuels ont des privilèges qui procèdent de leur identité hétérosexuelle – et par conséquent, ils peuvent jouer un rôle important d'alliés pour faire cesser la violence et l'homophobie subie par les homosexuels, les bisexuels et les transgenres.

Qu'est-ce que fait un allié ?⁴⁷

- Un allié écoute. Prêtez attention, croyez et respectez ce que dit la personne qui a besoin d'aide.
- Un allié est présent. Soutenez la personne – en étant un ami, en tenant vos promesses et en faisant savoir à la personne quand vous ne pouvez pas être là.
- Un allié ouvre des portes. Aidez la personne à explorer les diverses options, ressources et les soutiens disponibles. Donnez les informations utiles et partagez vos ressources et connections.
- Un allié prend des risques. Parfois, nous ne tendons pas la main car nous avons peur de commettre une erreur ou de dire quelque chose de mal. Un allié est audacieux. Si vous gâchez les choses, reprenez-vous et recommencez. Il est toujours important de prendre des risques et de tendre la main.
- Un allié obtient du soutien. Lorsque vous aidez quelqu'un, n'oubliez pas de prendre soin de vous. Ne le faites pas tout seul. Un allié est avant tout quelqu'un qui œuvre pour la paix.

⁴⁷ Creighton, A. and P. Knivel. 1995. Young men's work. Oakland, CA : Oakland Men's Project. (Le travail des jeunes hommes. Oakland, Californie : Projet des Hommes d'Oakland).

Polycopié 30 :

Études de cas sur les mouvements visant à faire cesser la violence fondée sur le genre

Étude de cas 1. Campagne du ruban blanc

En 1991, un petit nombre d'hommes du Canada ont décidé qu'il était de leur responsabilité d'exhorter les hommes à s'exprimer ouvertement contre la violence à l'égard des femmes. Ils ont décidé que le fait de porter un ruban blanc constituerait un symbole de l'opposition à la violence des hommes à l'égard des femmes. Après seulement six semaines de préparation, cent mille hommes portaient un ruban blanc à travers le Canada. Beaucoup d'autres ont été attirés par la discussion et le débat sur la question de la violence masculine.

A présent, la campagne du ruban blanc représente un des efforts les plus importants dans le monde visant à faire cesser la violence des hommes contre les femmes. Elle s'appuie sur le soutien de volontaires et sur des contributions financières de la part d'individus et d'organisations.

Chaque année, la campagne encourage les hommes et les garçons à porter un ruban blanc durant une ou deux semaines, à partir du 25 novembre, journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes. Le port d'un ruban blanc représente un engagement personnel de ne jamais commettre, tolérer ou rester silencieux par rapport à la violence perpétrée contre les femmes. Au cours de l'année, la campagne du ruban blanc encourage les hommes à :

- Conduire des travaux éducatifs dans des écoles, dans le monde professionnel ou au sein des communautés
- Soutenir des associations locales de femmes
- Collecter de l'argent pour les efforts éducatifs internationaux de la campagne du ruban blanc

Questions :

- Quels sont les rôles des hommes dans cet effort collectif ?
[Être un exemple positif pour d'autres hommes]
- Qu'est-ce qui a contribué à l'engagement des hommes ?
[Message simple, facile à mettre en œuvre, ciblé sur la violence à l'égard des femmes]

Étude de cas 2. Les hommes en tant que partenaires (MAP) – campagne Un sur neuf

Le réseau MAP en Afrique du Sud encourage les hommes à prendre position contre la violence sexuelle dans leurs vies et dans celles d'autres hommes. Avant tout, MAP offre aux hommes une plateforme leur permettant de se joindre aux femmes dans la lutte contre la violence, en remettant en cause les stéréotypes selon lesquels les hommes représentent un problème et en les aidant à faire partie de la solution.

En 2006, l'ancien vice-président Jacob Zuma a été poursuivi pour viol. Lorsque le procès a commencé, beaucoup de supporters de Jacob Zuma qui considéraient cette accusation de viol comme une tactique de diffamation de la part de ses adversaires politiques, ont commencé à traiter la plaignante avec mépris. Beaucoup d'hommes impliqués dans le réseau MAP ont lu des articles de journaux et regardé des reportages à la télévision faisant état de la manière dont la plaignante a été condamnée publiquement et ils ont décidé de lui témoigner leur solidarité en assistant au procès et en se joignant à la campagne Un sur neuf. Les collègues des Hommes en tant que partenaires ont reconnu que la loi devrait être appliquée sans victimisation de la plaignante ou de l'accusé ; l'intimidation de la plaignante et des personnes qui la soutenaient a été perçue comme une véritable violation des droits humains !

La campagne Un sur neuf a été lancée en réponse aux abus subis par Khwezi⁴⁸, la plaignante, ce qui a permis de reconnaître la nécessité d'un soutien coordonné en sa faveur. La campagne tire son nom des recherches conduites par le Conseil de recherches médicales d'Afrique du Sud (*Medical Research Council of South Africa*) selon lesquelles seulement un cas de viol sur neuf était signalé aux autorités en Afrique du Sud. La campagne Un sur neuf vise à mobiliser le soutien pour les personnes qui ont subi des violences sexuelles afin d'éduquer, de changer les attitudes liées à la violence sexuelle et de surveiller le système de justice pénale et le déroulement des procès pour viols. La campagne reconnaît que les personnes qui ont subi des violences sexuelles font souvent l'objet de culpabilisation, de victimisation secondaire et d'opprobre lorsqu'elles s'expriment. Le soutien apporté aux personnes qui ont subi des violences est essentiel, pour s'assurer qu'elles sont capables de s'exprimer en sécurité, mais aussi pour limiter l'impact de la victimisation secondaire et la culpabilisation des victimes auxquelles elles peuvent être confrontées lorsqu'elles prennent position.

Les collègues des Hommes en tant que partenaires ont assisté au procès jusqu'à ce que le tribunal rende son jugement. Un des membres du réseau a été choisi comme porte-parole auprès des médias pour la campagne, il représentait les points de vue des hommes sur ce cas. A plusieurs égards, les actions de ces hommes ont montré qu'ils étaient préoccupés par les abus sous toutes leurs formes, mais aussi que la violence fondée sur le genre n'affecte pas seulement les femmes mais l'ensemble des citoyens.

Questions :

- Quel a été le rôle des hommes dans cet effort collectif ?
- Qu'est-ce qui a aidé les hommes à s'engager ?

⁴⁸ Ce n'est pas son vrai nom.

10.6 Faire des changements dans nos vies et nos communautés

Objectif

1. Avoir l'opportunité de réfléchir sur ce que les participants ont appris durant les ateliers et la manière dont cela peut les aider à apporter des changements dans leur vie et leur communauté.

Auditoire

Âge : jeunes ou adultes ; **Sexe** : masculin ou groupes mixtes ; **Niveau d'alphabétisation** : moyen ;
Ressources : moyennes

Durée

90 minutes

Supports

- Papier
- Stylos
- Marqueurs
- Tableau à feuilles
- Suffisamment d'exemplaires du Polycopié 31 : [Créer un projet communautaire](#) pour l'ensemble des participants

Notes de l'animateur

La partie 2 de cette activité implique le développement par les participants d'un projet communautaire afin de développer la prise de conscience à l'égard d'une question majeure dans leur communauté. Il incombe à l'animateur de décider si le groupe est prêt à mener une activité de ce type, en particulier en termes de temps et de ressources. Il se peut que l'aide d'autres collaborateurs soit nécessaire. Certaines organisations et animateurs peuvent mettre en oeuvre un projet communautaire tandis que d'autres ne peuvent pas le faire. Bien qu'il soit important d'impliquer les participants dans ce type d'exercice, il faut aussi être réaliste. En guise de point de départ, vous pouvez recueillir les exemples de personnes qui se sont mobilisées pour promouvoir la prise de conscience et les changements dans leur communauté et vous pouvez discuter avec les participants des possibilités de faire quelque chose de similaire dans leur communauté.

Afin de vous assurer que les efforts du projet soient maintenus sur une certaine période, il peut être utile de faire cette activité au début des ateliers de groupe de manière à ce que l'animateur / animatrice puisse apporter son soutien et faire un suivi au moins pour les étapes initiales du projet. Dans ce cas, la dernière séance peut inclure la partie 1 – Réflexions personnelles – de même qu'une discussion sur la manière dont le projet a progressé et comment il peut être maintenu.

Étapes

Partie 1 – Réflexions personnelles (30 minutes)

1. Demandez aux participants de réfléchir individuellement sur ce qu'ils ont appris durant les ateliers et la manière dont cela les aidera à apporter des changements positifs dans leur vie et dans leurs relations.

2. Expliquez qu'ils doivent faire un collage, écrire un essai ou un poème ou faire un dessin en fonction du problème identifié, la manière dont il affecte les hommes et les femmes, et comment il les affecte, dans leur vie quotidienne.
3. Accordez-leur 15 minutes à tous les participants pour qu'ils finissent cet exercice.
4. Invitez chaque participant à brièvement présenter ses réflexions (en deux minutes environ) et son mode de représentation.
5. Ouvrez la discussion au groupe dans son ensemble en posant les questions suivantes :
 - Quels sont certains des obstacles que vous pourriez affronter en faisant ces changements ?
 - Quels seront les avantages ?
 - Comment pouvez-vous vous soutenir les uns et les autres pour apporter ces changements ?

Partie 2 – Créer un projet communautaire (60 minutes)

1. Expliquez aux participants qu'ils vont réfléchir aux changements qu'ils peuvent faire au delà de leur propre vie et de leurs relations.
2. Demandez aux participants de réfléchir aux questions sociales plus pressantes dans leur communauté et en quoi elles sont liées aux sujets qu'ils ont évoqués durant les séances.
3. En tant que groupe, demandez-leur de sélectionner une de ces questions qui constituerait le thème du projet.
4. Répartissez les participants dans de petits groupes afin de faire un brainstorming sur ce qu'ils peuvent faire avec d'autres jeunes hommes dans leur communauté ou école par rapport à la question sociale qu'ils ont décidé de traiter. Demandez-leur de rédiger ou de d'esquisser leurs idées sur une feuille du tableau. Dites-leur que leurs idées ne doivent pas être achevées ; ils doivent simplement dresser un certain nombre d'idées, quelle que soit leur nature. Accordez-leur 30 minutes pour le travail de groupe.
5. Invitez chaque groupe à présenter ces idées.
6. Demandez aux participants d'aider à identifier les principaux types d'idées présentées, en dressant des catégories comme par exemple : (1) action politique / plaidoyer, (2) campagnes de conscientisation dans la communauté, (3) élaboration de supports éducatifs, et (4) mise en œuvre d'un plan local dans leurs écoles et communautés, etc.
7. Prenez les questions du Polycopié pour aider les participants à se concentrer et dresser des priorités pour leurs idées en leur demandant lesquelles leurs paraissent les plus intéressantes et les plus faciles à mettre en œuvre. Souvenez-vous que la décision finale leur appartient.
8. Une fois que l'idée a été finalisée, examinez le Polycopié 31 et travaillez avec le groupe pour répondre aux questions et déterminer un moment approprié pour appliquer le plan. Dans d'autres cas, les membres du groupe peuvent souhaiter se rencontrer sans la présence de personnes extérieures pour finaliser leur plan. La chose la plus importante pour l'animateur / animatrice est d'aider les participants à créer un plan viable de manière à ce qu'ils aient le sentiment d'accomplir quelque chose et qu'ils ne soient pas frustrés.

Polycopié 31 :

Créer un projet communautaire

1. **Description** (décrivez votre plan en deux ou trois phrases)
2. **Collaboration**
 - Avec qui, avez-vous besoin de collaborer afin de mettre en œuvre ce plan ?
 - Comment pouvez-vous obtenir ce soutien et cette collaboration ?
3. **Supports / Moyens**
 - De quelles ressources avez-vous besoin afin d'exécuter votre plan ?
 - Où et comment pouvez-vous obtenir ces moyens ?
4. **Programme**
 - Combien de temps vous faut-il pour exécuter votre plan ?Dresser une liste des étapes nécessaires à la mise en œuvre du programme.
5. **Évaluation**
 - Comment pouvez-vous savoir si votre plan fonctionne ?
 - Qu'attendez-vous de votre activité ?
6. **Risques**
 - A quels problèmes pouvez-vous être confrontés ?

Appendice 1 : Outil d'observations et de feedback pour les animateurs d'ateliers d'engagement masculin (EM)

À la page suivante, vous trouverez un exemplaire du formulaire d'observations et de feedback. Il s'agit d'un outil utilisé lors des formations d'animateurs d'engagement masculin sur la conduite d'activités EM. Afin de former de tels animateurs, les formateurs doivent d'abord organiser l'orientation des animateurs sur le manuel d'EM et les activités qu'il contient. Une fois cette tâche accomplie, les animateurs doivent avoir l'occasion d'observer l'exécution des activités par des formateurs expérimentés. Ces activités doivent être conçues de telle sorte que les animateurs puissent jouer les rôles de participants ou d'observateurs. Une fois que les formateurs auront fait une démonstration de l'activité, ils doivent donner l'occasion aux animateurs de la pratiquer et de la conduire devant un groupe.

Note : Il faut donner aux animateurs beaucoup de temps pour pratiquer et préparer l'activité. Les formateurs doivent aider les nouveaux animateurs à la planification d'une session. Lorsque les animateurs conduisent la nouvelle activité, les formateurs et d'autres animateurs doivent fournir du feedback sur le travail des apprenants en utilisant le formulaire d'observations et de feedback de la page suivante. Ce formulaire permet aux animateurs d'obtenir de précieuses observations sur ce qu'ils ont réussi et la manière de s'améliorer.

Formulaire d'observations et de feedback

Animateur / animatrice _____

Observateur / observatrice _____

Compétence

Échelle d'évaluation : 1 = faible ; 5 = élevé

Utilisation de la voix pour communiquer

1 2 3 4 5

(prononciation, projection, débit)

Commentaires :

Comportement avec l'auditoire

1 2 3 4 5

(humour, sincérité, énergie, enthousiasme)

Commentaires :

Langage du corps pour communiquer

1 2 3 4 5

(expressions du visage, contact visuel, mouvements du corps, gestes)

Commentaires :

Capacité à donner des instructions

1 2 3 4 5

(concision, clarté, simplicité, choix du langage, s'assure que les participants comprennent)

Commentaires :

Maîtrise des processus

1 2 3 4 5

(recours aux questions ouvertes, validation des participants, demande l'opinion de l'auditoire, encourage l'interaction)

Commentaires :

Gestion du groupe

(contrôle les perturbations, fait parler les participants silencieux, ne laisse pas une personne ou deux contrôler le groupe)

1 2 3 4 5

Commentaires :

Gestion des préjugés

(ne fait pas preuve de préjugés par rapport au genre, à l'ethnicité, à l'orientation sexuelle, etc. ; affronte les préjugés des participants de façon appropriée)

1 2 3 4 5

Commentaires :

Qu'est-ce qui vous a paru particulièrement utile dans ce qu'a fait l'animateur / animatrice ?

Quelles suggestions pouvez-vous faire ? _____

Appendice 2 : Questionnaire de pré et post-test

Notes de l'animateur

Cette enquête vous aidera à évaluer l'impact de votre formation. Idéalement, elle devrait être administrée avant et après la formation. Si vous pouvez assurer un suivi auprès des participants, vous devez administrer le questionnaire post-test quelques mois après la formation. Cela vous permettra de savoir si votre formation a eu un impact durable sur les connaissances, les attitudes et les comportements des participants.

Si l'évaluation ne peut pas se faire quelques mois après la formation, vous pouvez administrer le questionnaire avant la formation et immédiatement après. Si les sessions que vous animez sont échelonnées dans le temps, cela vous permettra quand-même d'évaluer les changements au niveau des connaissances, attitudes et comportements. Si les sessions se déroulent sur quelques jours seulement, cela vous permettra d'évaluer les connaissances et les attitudes, mais pas l'impact comportemental, dans la mesure où peu de temps se sera écoulé entre le début et la fin des formations pour que des changements comportementaux puissent être constatés.

Il sera peut-être nécessaire d'adapter l'enquête en fonction des niveaux d'éducation et d'alphabétisation des participants. Si vous adaptez l'enquête, vous devez minutieusement noter tous les changements afin de vous assurer que les mêmes questions seront utilisées dans les questionnaires post-formation. Si les participants sont illettrés, vous pouvez envisager de demander à une personne de poser les questions et noter les réponses.

Lorsque vous administrez l'enquête, il est important d'obtenir le consentement informé des participants et de leur assurer que toutes leurs réponses resteront confidentielles. Par conséquent, vous ne demanderez pas leurs noms pour l'enquête.

Enquête sur les connaissances, les attitudes et les pratiques

Instructions : Toutes vos réponses sont confidentielles. Les résultats de cette enquête seront utilisés afin d'adapter le contenu de la formation et d'évaluer l'efficacité globale de la formation. Répondez à toutes les questions du mieux que vous pouvez. Ne laissez pas de questions sans réponse. Il n'y a pas de réponse « correcte » – nous souhaitons obtenir des réponses sincères de votre part. Si vous avez des questions sur l'enquête, adressez-vous à votre formateur / formatrice.

PARTIE 1 – INFORMATIONS PERSONNELLES

Veillez répondre aux questions suivantes concernant votre vie personnelle.

1. Quel âge avez-vous ?

ans

2. Avez-vous des enfants ?

- 1 Oui
- 2 Non
(Passez directement à la Question 4)
- 3 Vous ne savez pas (Passez directement à la Question 4)

3. Combien d'enfants avez-vous ?

enfants

4. Quelle est votre religion ?

- 1 Chrétienne
- 2 Musulmane
- 3 Autre _____
- 4 Aucune
(Passez directement à la Question 6)

5. Vous considérez-vous comme pratiquant ?

- 1 Oui
- 2 Non
- 3 Je ne sais pas

6. Travaillez-vous ?

- 1 Oui
- 2 Non

7. Êtes-vous scolarisé à l'heure actuelle ?

- 1 Oui
- 2 Non

PARTIE 2 – ATTITUDES PAR RAPPORT AU RÔLES DE GENRE

Veillez lire les affirmations suivantes et dire si vous êtes d'accord, en partie d'accord ou en désaccord avec elles. Cochez la réponse qui se rapproche le plus de votre opinion.

8. **Changer les couches, donner le bain aux enfants et nourrir les enfants relèvent des responsabilités d'une femme uniquement.**

- 1 Je suis d'accord
- 2 Je suis en partie d'accord
- 3 Je ne suis pas d'accord

9. Si une femme trahit un homme, il peut la frapper.

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

10. Un homme doit avoir plusieurs petites amies avant de se marier.

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

11. Les hommes ont besoin d'avoir plus de rapports sexuels que les femmes.

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

12. Les femmes qui portent des préservatifs sur elles sont des « femmes faciles ».

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

13. Les vrais hommes n'ont pas besoin de consulter un médecin lorsqu'ils sont malades.

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

14. Si quelqu'un m'insulte, je défendrai ma réputation, même si cela implique le recours à la violence.

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

15. Un homme peut frapper sa femme si elle refuse d'avoir une relation sexuelle avec lui.

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

16. Il est de la responsabilité d'une femme d'éviter de tomber enceinte.

- 1 Je suis d'accord
 2 Je suis en partie d'accord
 3 Je ne suis pas d'accord

PARTIE 3 – RELATIONS FAMILIALES ET INTIMES

Veillez lire les instructions suivantes et choisir les réponses qui reflètent le mieux vos actions. Souvenez-vous que toutes vos réponses resteront confidentielles.

17. Au cours des trois derniers mois, avez-vous aidé une femme de votre foyer à faire les tâches ménagères ?

- 1 Oui
 2 Non
 3 Je ne me souviens pas

18. Avez-vous une partenaire à l'heure actuelle⁴⁹ ?

- 1 Oui, j'ai une petite amie.
 2 Oui, je suis marié.
 3 Non. (*Passez directement à la Question 27*)

19. Au cours des trois derniers mois, avez-vous frappé votre partenaire ?

- 1 Oui
 2 Non (*Passez directement à la Question 21*)
 3 Je ne me souviens pas (*Passez directement à la Question 21*)

20. Combien de fois avez-vous frappé votre partenaire ?

- 1 Une fois
 2 Deux ou trois fois
 3 Plus de trois fois
 4 Je ne me souviens pas

21. Votre partenaire et vous avez-vous des relations sexuelles ?

- 1 Oui
 2 Non (*Passez directement à la Question 25*)

22. Avez-vous utilisé un préservatif la dernière fois que vous avez eu un rapport sexuel avec votre partenaire ?

- 1 Oui
 2 Non
 3 Je ne me souviens pas

23. Au cours des trois derniers mois, vous est-il arrivé de vouloir des rapports sexuels avec votre partenaire alors qu'elle n'en voulait pas ?

- 1 Oui
 2 Non (*Passez directement à la Question 25*)
 3 Je ne me souviens pas (*Passez directement à la Question 25*)

24. Que s'est-il passé la dernière fois que ce type de situation s'est présenté ?

- 1 Nous n'avons pas eu de rapports sexuels
 2 Je l'ai forcée à avoir des rapports sexuels avec moi
 3 Autre _____

25. Au cours des trois derniers mois, avez-vous parlé du test de dépistage du VIH avec votre partenaire ?

- 1 Oui
 2 Non (*Passez directement à la Question 27*)
 3 Je ne me souviens pas (*Passez directement à la Question 27*)

⁴⁹ Dans certains contextes, le terme partenaire n'est pas compris, il est donc possible que vous deviez le changer et que vous utilisiez un terme plus approprié tel qu'épouse, petite amie, etc.

26. La dernière fois que vous avez parlé du VIH et du SIDA avec votre partenaire, qui a lancé la conversation ?

- 1 Vous
 2 Votre petite amie / épouse
 3 Je ne me souviens pas

27. Avez-vous déjà fait le test du VIH ?

- 1 Oui
 2 Non
 3 Je ne me souviens pas

PARTIE 4 – CONNAISSANCES ET ATTITUDES PAR RAPPORT AU VIH ET AU SIDA

Veillez lire chaque affirmation suivante et dire si elle est vraie ou fausse. Cochez la réponse qui correspond le plus à votre opinion par rapport à l'affirmation.

28. Une personne qui a déjà une infection sexuellement transmissible (IST) court plus de risques de contracter le VIH et le SIDA qu'une personne qui n'en a pas.

- 1 Vrai
 2 Faux
 3 Je ne sais pas / je ne me souviens pas

29. Si j'apprends que quelqu'un que je connais a le VIH et le SIDA, je l'éviterai.

- 1 Oui
 2 Non
 3 Je ne sais pas

30. Les personnes qui vivent avec le VIH et le SIDA sont toujours maigres et ont l'air malade.

- 1 Vrai
 2 Faux
 3 Je ne sais pas / Je ne me souviens pas

Appendice 3 : Violence fondée sur le genre

Ressources

Afrique du Sud

South Africa Medical Research Council Gender and Health Research Unit (Unité de recherche médicale sur le genre et la santé d'Afrique du Sud)

<http://www.mrc.ac.za/gender/gender.htm>

Rape Outcry

<http://www.rapeoutcry.co.za/>

International

UNIFEM (Violence contre les femmes)

http://www.unifem.org/gender_issues/violence_against_women/

Campagne internationale des Nations Unies pour la prévention de la violence

http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/global_campaign/en/index.html

Campagne du ruban blanc

<http://www.whiteribbon.ca/>

Stop Violence Against Women (Amnesty International) (Faites cesser la violence contre les femmes)

<http://web.amnesty.org/actforwomen/index-eng>

16 Days of Activism Against Gender Violence (16 jours d'activisme contre la violence liée au genre)

<http://www.cwgl.rutgers.edu/16days/home.html>

XY Men Masculinities and Gender Politics (Masculinités XY et politiques des genres)

<http://www.xyonline.net/>

Etats-Unis

Family Violence Prevention Fund (Fonds de prévention de la violence familiale)

<http://www.endabuse.org/>

National Resource Center on Domestic Violence (Centre de ressources nationales sur la violence domestique)

<http://www.nrcdv.org/>

National Coalition for the Prevention of Domestic Violence (Coalition Nationale pour la prévention de la violence domestique)

<http://www.ncadv.org/>

American Psychological Association – Controlling Anger (Association américaine de psychologie – contrôler la colère)

<http://www.apa.org/topics/controlanger.html#manage>

Men Can Stop Rape (Les Hommes peuvent arrêter les Viols)

<http://www.mencanstoprape.org/>

Publications

Violence Against Women and HIV and AIDS Information Sheet, WHO (Fiche de ressources sur la violence à l'égard des femmes, le VIH et le SIDA, OMS)

<http://www.who.int/gender/en/infosheetvawandhiv.pdf>

Violence Against Women and HIV and AIDS : Critical Intersections, Information Bulletin Series, WHO (Violence à l'égard des femmes, VIH et SIDA : points de convergence critiques, bulletin d'information, OMS)

<http://www.who.int/gender/violence/en/vawinformationbrief.pdf>

Best Practices of Youth Violence Prevention : A Sourcebook for Community Action (Meilleures pratiques en matière de prévention de la violence des jeunes : un ouvrage de base pour l'action communautaire)

<http://www.cdc.gov/ncipc/dvp/bestpractices/Introduction.pdf>

The Physician's Guide to Intimate Partner Abuse (Guide du médecin sur les abus perpétrés par les partenaires sentimentaux)

http://www.preventioninstitute.org/pdf/FINAL_Before%20It%20Occurs_scanned%20and%20formatted.pdf

Stepping Stones Training Manual (Manuel de formation de Stepping Stones)

<http://www.stepsstonesfeedback.org/index.htm>

Soul City Violence Against Women Materials (Supports de violence contre les femmes de Soul City)

<http://www.soulcity.org.za/programmes/materials-training/the-violence-against-womentraining-materials>

Best Practice in Violence Prevention Work with Men (Meilleures pratiques en matière de travail de prévention de la violence auprès des hommes)

http://www.daphne-toolkit.org/DOCUMENTS/Bibliography/xy-Michael-Flood/Flood_Violence_prev_Home_Truth.pdf

